ОТ АВТОРА БЕСТСЕЛЛЕРА «САМ СЕБЕ ШЕФ-ПОВАР»

Ева Пунш

КУХНЯ ПО ПРАВИЛАМ И БЕЗ

Вкус – способность, нуждающаяся в развитии

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ, ЧТОБЫ НАЧАТЬ ЭКСПЕРИМЕНТИРОВАТЬ

Как работают специи, пряности и приправы — чем они отличаются друг от друга

Какие вам нужны бытовая техника, инвентарь, посуда и прочие кухонные штучки

альпина ПАБЛИШЕР

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

«Дайте же, дайте новых рецептиков», – думаете вы, открывая очередную кулинарную книгу или включая ТВ-передачу. А никаких «новых рецептиков» не существует, набор продуктов ограничен, – зато безгранично количество их сочетаний. Можно спорить о сотнях вариантов борща, потому что не только у разных хозяек он получается разным, но и у одной и той же хозяйки раз на раз не приходится: особенно если менять не только состав ингредиентов, но и технологию, порядок закладки, размер нарезки, способ предварительной обработки продуктов (свеклу сначала отваривать или запекать, припускать в собственном соку или обжаривать в масле). Но, прежде чем экспериментировать, нужно понять основы – как работают специи, пряности и приправы (и почему это все разные вещи); какая вам нужна бытовая техника, инвентарь, посуда и всякие «кухонные штучки»; как алкоголь сочетается с едой – и как превратить набор блюд в гармоничный обед. Для каждой группы блюд существуют свои правила – и все они в предельно концентрированной форме изложены в этой книге.

- Ева Пунш
  - ○
  - ○ Вот что говорят читатели о предыдущей книге евы пунш
  - ○ Размер имеет значение
  - ○ Специи, приправы, ароматизаторы, пряности
    - ■
    - ■ Специи
    - ■ Приправы
    - ■ Ароматизаторы
    - ■ Пряности
      - ■
      - ■ Классические пряности
      - ■ Десертные пряности
      - ■ Пряные коренья
      - ■ Местные пряности
  - ○ Запеканки
    - ■
    - ■ Пудинги
    - ■ Крупеники
    - ■ Лапшевники и лазаньи
    - ■ Овощные запеканки

- Мясные запеканки
- Хлебные запеканки
- Яичные запеканки

- Салаты
  -
  - Правила составления салатов
  - Салаты из отварных овощей
  - Салаты из свежих овощей
  - Фруктовые салаты
  - Теплые салаты
  - Салатные заправки
- Закусочный стол
- Фаршированные изделия
  -
  - Тесто с начинками
  - Фаршированные овощи
- Паста
  -
  - Самые знаменитые соусы к пасте
  - Самые интересные виды пасты
- Большая еда
  -
  - Пловы
  - Квашеная капуста
  - Холодцы (студни)
  - Большая птица
  - Фаршированная рыба
- Алкогольные напитки
  -
  - Как подавать спиртное
    -
    - Вино
    - Крепкий алкоголь
  - Посуда для вина и не только
  - Аксессуары
- Посуда, инвентарь и прочие гаджеты
  -
  - Посуда для варки
  - Посуда для жарки и запекания
    -
    - Металлы
    - Металл под прикрытием
    - Стекло и керамика
    - Силикон

        - Колюще-режущие инструменты
        - Кухонные гаджеты
    - Бытовая техника
        -
        - Крупная бытовая техника
            - Плита
            - Духовой шкаф
            - Холодильник
        - Мелкая кухонная техника
            -
            - Базовый набор мелкой техники
            - Редко, но может пригодиться
            - Малофункционально
            - Другие приборы
        - Микроволновая печь
    - Заключение
- notes
    - 1

Ева Пунш
Кухня по правилам и без: Что нужно знать, чтобы начать экспериментировать

Руководитель проекта *И. Гусинская*
Дизайн макета и обложки *Ю. Буга*
Корректор *Н. Кулакова*
Компьютерная верстка *А. Абрамов*
Иллюстрации *В. Платонов*
Продюсер *А. Белан / Студия Bang! Bang! bangbangstudio.ru*

© Ева Пунш, 2017
© ООО «Альпина Паблишер», 2017

Пунш Е.
Кухня по правилам и без: Что нужно знать, чтобы начать экспериментировать / Ева Пунш. – М.: Альпина Паблишер, 2017.

ISBN 978-5-9614-4494-0

Все права защищены. Произведение предназначено исключительно для частного использования. Никакая часть электронного экземпляра данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для публичного или коллективного использования без письменного разрешения владельца авторских прав. За нарушение авторских прав законодательством предусмотрена выплата компенсации правообладателя в размере до 5 млн. рублей (ст. 49 ЗОАП), а также уголовная ответственность в виде лишения свободы на срок до 6 лет (ст. 146 УК РФ).

Вот что говорят читатели о предыдущей книге евы пунш

[1]

Автор приложила немало усилий, чтобы подробно описать каждый этап, начиная от выбора продукта, заканчивая его готовкой. Книгу можно использовать как справочник, который необходимо перечитывать перед походом в магазин: в книге достаточно подробно описаны правила и методы выбора мяса, птицы, рыбы и т. д., какая часть туши для чего подойдёт. А вернувшись из магазина можно обратиться к технологиям приготовления продуктов и поварским фишкам. Я не верил своим глазам, когда открыл данную книгу – иллюстрации настолько хороши, будто их сам Леонардо да Винчи рисовал. Я испытал творческий экстаз, наслаждаясь чтением данной книги. Положа руку на сердце, заявляю, эту книгу можно использовать как эталон книгопечатного дела, всё в ней изумительно. Начиная от слога автора, заканчивая четвёртой обложкой. Низкий поклон автору и всей команде, кто работал над ней.

Max Joint (отзыв с Ozon.ru)

Книгу, конечно, просто невозможно охарактеризовать каким-то одним словом, настолько она изобилует кулинарными премудростями. Но поразило меня вот что: «Сухую манку засыпают в кипящее молоко (смесь воды с молоком), добавляют соль, сахар по вкусу и снимают с огня, после чего накрывают плотной крышкой и дают настояться 10–15 минут. Манка готова». То есть выходит, что я дожила до седин и до сих пор не умела варить манную кашу?! С ума сойти. Это вроде совета о варке кукурузы в течение 11 минут после кипения. И об этом узнала только недавно. Спасибо, Ева!

Кривопускова Наталия (отзыв с Ozon.ru)

Сколько ни пыталась готовить по рецептам, никогда не выходило так, как должно было выйти. Всё время терзалась вопросами типа «для чего нужна сода в тесте?», «почему делаешь всё одинаково, а блины то подгорают, то не подгорают?», «почему даже печёная картошка получается по-разному каждый раз?». И никакие рецепты не дают ответ, зачем в том или ином блюде тот или иной ингредиент. К тесту так и вовсе не знаю, как подступиться. При этом бабушка никогда не заморачивалась с рецептами, все ингредиенты добавляла на глаз, ничего не взвешивала, не отмеряла, а получалось прекрасно. И вот вам книга, в которой как раз и есть ответы на все системообразующие вопросы…

Дерибас Алина (отзыв с Ozon.ru)

Прочитала книгу от корки до корки. Очень понравилась. Всё по делу, никакого пафоса, появляется желание готовить. Жду продолжения, надеюсь, будет серия.)

Казарина Светлана (отзыв с Labirint.ru)

Бегло проглядев книгу в магазине, увидел, как автор с первых же страниц сообщает, что рецептов здесь не будет. «Слава богу!», подумал я, потому что давно ждал хоть какой-то кулинарный сборник, где не было бы вот этих вот навязших в зубах хуже скверно прожаренной говядины «готовьте до готовности», «варите до отварного состояния», «посолите до солёности», ну, и так далее. Нет, Ева Пунш сразу обещает этого не делать – и, что характерно, слово держит. Книга действительно объясняет «изнанку» кулинарного мастерства, не «что делать», а «как делать». И если вы прекрасно уже знаете, какой соус подходит к какому мясу, но не знаете, собственно, а что это вообще за соус-то такой – то смело

рекомендую эту книгу. Я вот взял, хотя готовлю хорошо.

Михаил Нилов (отзыв с Labirint.ru)

Размер имеет значение

В мире музыки существует всего лишь семь нот. В спектре радуги – только семь цветов. В мире вкусовых ощущений тоже, скажем, немного: четыре базовых вкуса – сладкий, горький, кислый, соленый. А также три дополнительных – жгучий (острый), терпкий и жирный. Те же семь нот и семь красок. Есть еще «полутона», например вкус умами, который называют пятым базовым, а также белковым или мясным вкусом. При этом глутаминовой кислоты, дающей вкус умами, в мясе гораздо меньше, чем в ферментированных продуктах.

Можно немного расширить спектр за счет эфирного или ментолового (холодящего) вкуса. Есть еще два вкусовых ощущения, свидетельствующих не о вкусовых качествах продукта, а о его несъедобности или о неправильном сочетании, – мыльный привкус и металлический.

Вот и вся база вкусовых ощущений, на которые можно влиять, сочетая различным образом те или иные продукты, приправы и специи, выбор которых тоже не бесконечен.

Органолептическая оценка еды не ограничивается лишь определением вкусовых ощущений. Органолептика – это то, что мы воспринимаем всеми органами чувств. Здесь важны и внешний вид (особенно цветовая гамма) продукта, и ароматы, и консистенция (тактильные ощущения). Еду мы не оцениваем разве что на слух. И то есть исключения: речь не о том, пищат ли устрицы, когда мы их едим (нет, не пищат), и не о «хрусте французской булки», а о скворчащем на сковородке стейке, шорохе кукурузных хлопьев, когда их заливаешь молоком, треске попкорна, тихом шипении пузырьков в игристом вине и даже о том, как по-разному звенят приборы в простой столовой и в ресторанной торжественной тишине, когда все звуки приглушены специальными подкладками под скатерть (мулетонами). Весь этот звуковой ряд также настраивает нас на определенные ощущения, не говоря уже о музыкальном сопровождении в местах общепита.

Практика экспериментов с дегустацией вслепую или «ресторанов в темноте» показывает, что без опоры на зрительный образ человек не всегда способен разгадать, что же находится у него в тарелке, – нет, овощи от мяса мы, скорее всего, отличим, а вот птицу от рыбы – уже не всегда.

Что же касается ароматов, то они иногда бывают коварны. Экзотический плод дуриан имеет отвратительный запах, но при этом прекрасен на вкус. А такая пряность, как ваниль, которая из-за сладкого и даже душного аромата тесно ассоциируется с

десертами (мороженым, пирожными, тортами, шоколадом и сладкой выпечкой), сама по себе горькая и даже слегка жгучая. Когда человек по причине простуды временно лишается обоняния, то бывает, что и еда теряет вкус – становится похожей на картон и совершенно одинаковой.

Плотность (консистенция) блюда также играет довольно существенную роль в органолептической оценке. Тут важно все: нарезка, степень термообработки, температура подачи. Можно до хрипов спорить в кулинарных сообществах о правилах нарезки моркови на плов, но стоит согласиться с тем, что морковь, натертая на терке, и морковь, нарезанная крупными длинными ломтиками, в итоге создают совершенно разный вкусовой эффект. Вот мясо – казалось бы, как оно может изменить вкус? Но измельченное и обжаренное мясо невозможно на вкус перепутать со стейком. Картофель, жаренный половинками и жаренный тонкой соломкой, – это два совершенно различных блюда, которые требуют и разных закусок, и соусов.

Имеют значение каждая мелочь, каждый нюанс – даже форма, размер и цвет тарелки, в которой подают блюдо, не говоря уже про форму, размер и цвет винного бокала. На различных кулинарных курсах я с интересом наблюдаю, как из совершенно одинаковых продуктов у участников получаются разные блюда. Даже какое-то моноблюдо из одного-единственного ингредиента.

> На конечный результат влияют крупность и способ нарезки, выбор посуды для термообработки, режим и время термообработки, момент добавления специй и пряностей (в начале, середине или конце), в холодную или горячую воду мы закладываем продукт, а также внутреннее ощущение кулинара относительно нужной степени готовности и, наконец, выбор способа подачи, когда важны не только форма тарелки (плоская, глубокая, большая, мелкая, круглая, квадратная), но даже ее температура. Холодное блюдо должно подаваться на охлажденной тарелке, а горячее – на подогретой. Правила легкие, но из-за их простоты ими довольно часто пренебрегают

Что же касается восприятия этих нюансов, то, конечно, имеет значение и степень подготовленности. Вкус – способность, нуждающаяся в развитии. Когда рождается ребенок, то его восприятие и вкусовые ощущения достаточно примитивны. Детям нравятся яркие, особенно красные, игрушки и нравится сладкий вкус, малыши не готовы признавать даже соленое, осознание его приходит позже, затем наступает период принятия кислого вкуса

(сначала как сочетание кисло-сладкого), а вот продукты с горьковатым или жгучим привкусом дети отвергают достаточно долго. Здесь, кстати, присутствует некий природный защитный механизм, потому что такие продукты, как правило, содержат алкалоиды, которые не очень-то подходят для детского организма, – например, кофеин или капсаицин (вещество, содержащееся в остром стручковом перце). Что касается сладкого вкуса как первичного, тут все очень просто. Сахара – это быстрые углеводы, главный строительный материал нашего организма, сахарами проще всего удовлетворить голод. Именно поэтому мы не разрешаем детям есть конфеты перед обедом, объясняя: «Перебьешь аппетит».

Дети не всегда соглашаются пробовать новое, но любопытство борется с консерватизмом, и постепенно гамма любимых продуктов расширяется. Но бывают и взрослые, которые травмированы, например, детсадовским питанием и от каких-то блюд или продуктов отказываются наотрез, не желая даже попробовать. Встречаются взрослые люди, которые не любят напиток какао, потому что в детском саду он был невозможно переслащен и при этом водянист (из-за малой концентрации самого какао-порошка), или терпеть не могут манную кашу, потому что в их представлении она всегда холодная и всегда комочками. А еще очень часто детская нелюбовь к тушеным кабачкам остается на всю жизнь и только по той причине, что эти самые кабачки тушили до кашеобразного состояния, причем, поскольку нормы соли для детского питания малы, а никаких приправ не предусмотрено, кабачковая каша получалась совершенно невозможной – на цвет, по консистенции и вкусу.

Зачастую мы настороженно относимся и к неожиданным сочетаниям базовых вкусов. Так, например, сладко-соленая лакрица на любителя именно потому, что мы с детства не были приучены смешивать два этих вкуса.

> Еда – значимая часть нашей жизни, к ней можно относиться как к необходимости (чтобы организм мог продолжать функционировать), а можно – как к одному из самых простых и доступных удовольствий. Причем удовольствию каждый день – и даже несколько раз в день

Один из самых частых «плачей Ярославны», мол, надоело готовить одно и то же, одно и то же, посоветуйте новых рецептиков. А никаких новых рецептиков не существует, набор продуктов и правда ограничен, но безгранично количество их сочетаний. Нет такого блюда, как мясо с картошкой, а есть сотни вариаций на тему – от жаркого в горшочке до пастушьего пирога,

от котлет с картофельным пюре до стейка с картофелем пай. Сразу вспоминается фильм «Девчата», где юная героиня, возмущенная пренебрежением к ее профессии (повар), начинает скороговоркой перечислять десятки способов приготовления картофеля. Можно спорить о десятках и сотнях вариантов простого борща, потому что действительно у каждого кулинара получается разный борщ, а значит, и у одного кулинара могут получаться разные, если менять не только список ингредиентов, но и технологию (способ приготовления), порядок закладки, нарезку, способ предварительной обработки продуктов (свеклу сначала отваривать или запекать, припускать в собственном соку или обжаривать в масле). Вкусовые нюансы могут зависеть даже от выбора посуды, в которой готовится борщ.

Цель этой книги – разговор и о классических сочетаниях, и о возможности внести в них изменения, подогнать их под собственный вкус, сезонность, исправить, дополнить. А также о том, что из любого правила – и даже из «правил сочетания» – существуют исключения. На самом деле в мире сочетаний все правила можно (и нужно) нарушать, но для этого желательно их сначала изучить.

Чтобы экспериментировать, необходимо изучить основы – например, почему к такому виду пасты подается именно такой соус (потому что паста – короткая, длинная, гладкая, шершавая, простая, фигурная, полая и т. д.). Знать, как работают специи, пряности и приправы – и то, что это вовсе не синонимы. Понимать, какие вам нужны бытовая техника, инвентарь, посуда и прочие кухонные штучки; как алкоголь сочетается с едой; какие базовые салаты существуют и как их можно разнообразить при помощи заправок и соусов. И если в предыдущей книге («Сам себе шеф-повар. Как научиться готовить без рецептов») разговор шел о самых базовых понятиях, технологиях и принципах, то здесь мы будем говорить о том, как из простых кирпичиков выстраивать полноценную конструкцию. Как превращать набор блюд в гармоничный обед, не подавая плов вторым блюдом после борща, например. Какие правила существуют для каждой группы блюд, и – самое главное – какие бывают исключения из общих правил.

И да, каждая мелочь имеет значение! И даже размер – например, размер порций.

Специи, приправы, ароматизаторы, пряности

Интерес к пряностям и специям в Средние века был чуть ли не выше, чем сейчас, что объяснялось скорее скудностью рациона. Приморские жители питались в основном рыбой, обитатели средней полосы – продуктами землепашества и скотоводства, жители лесов – добытым на охоте и посредством собирательства. Транспортировать пряности и специи куда проще, чем мясо, рыбу или свежие овощи и фрукты. Поэтому именно пряности давали возможность разнообразить привычное меню. А также наряду со специями (солью, сахаром и уксусом) помогали продлить срок годности продуктов методом консервирования, сделать запасы на зиму.

Сейчас разнообразием продуктов нас не удивишь, мы едим землянику в апреле и мандарины в Новый год (не говоря уже о круглогодичных апельсинах и бананах). Из известных полутора сотен пряностей мы регулярно используем, дай бог, пару десятков. Но давайте разберемся хотя бы с самыми распространенными – что, для чего и почему.

Названия четырех групп вкусовых добавок, вынесенные в заголовок этого раздела, настолько близки по значению, что в некоторых случаях кажутся синонимами, однако это не так. Так что для начала стоит уяснить терминологию.

Специи

Специи – это активные химические вещества минерального или органического происхождения, в значительной мере изменяющие вкус продукта, а также его структуру; помимо этого, специи служат катализатором различных кулинарных процессов. Но специи не работают с ароматом продукта, не придают ему дополнительных запахов.

• **Соль** – белые кристаллы хлорида натрия. Ее добывают, используя естественное испарение морской воды (морская соль), а также путем разработки соляных шахт (каменная соль) и выпаривания соляного рассола, полученного из каменной соли. Соль бывает крупного и мелкого помола, делится по сортам в зависимости от количества примесей других минеральных солей, которые могут придавать ей различный оттенок от серо-желтоватого до розового (так называемая гималайская соль). Во многом обеспечивает нормальное функционирование организма человека и животных, способствуя образованию соляной кислоты (основы желудочного сока). Суточная потребность в соли – 10–15 г. Соль не просто придает пище соленый вкус, но влияет на консистенцию различных блюд. Даже тесто для самого обычного хлеба или для пельменей не получится нужной плотности, если забыть добавить соли. Соль также является простейшим консервантом для мяса, рыбы, овощей.

• **Сахар** – дисахарид (состоит из глюкозы и фруктозы). Добывают из сахарного тростника, сахарной свеклы, сахарного сорго, сахарной кукурузы, кокосовой пальмы и т. д. Для производства сахарного песка проводят кристаллизацию

уваренного сахарного сиропа, побочным продуктом этого процесса является патока (некристаллизуемый сироп). Помимо сахарного песка (белого или коричневого), бывает прессованный (кусковой) сахар, леденцовый и в виде пудры. Патока представляет собой коричневый густой сироп, который является незаменимым компонентом многих кондитерских изделий (имбирного печенья и пряников, кексов и т. д.). Польза коричневого (нерафинированного) сахара значительно преувеличена, в принципе это тот же сахар – с остаточной патокой, он имеет более насыщенные цвет и аромат, но никакими особыми диетическими свойствами не обладает. Как сахар, так и патока широко используются в кондитерском производстве, но не только.

Сахар играет очень важную роль в кулинарии. Он не только сделает блюдо сладким, но и поможет сбалансировать избыточно соленый, кислый и даже острый вкусы. При помощи сахара (и его производных, например сиропов) создается глянцевая корочка (глазурь) на обжариваемых продуктах; сахар входит в состав многих соусов и так же, как соль, является простейшим консервантом. Сахар добавляют не только в сладкие консервы – варенья и компоты, его используют и при засолке рыбы.

> В настоящее время растет популярность различных сахарозаменителей, но стоит обратить внимание на то, что они не столь универсальны, как сам сахар. Сахарозаменители могут прекрасно проявить себя в холодных или горячих напитках, но не каждый их них подходит для длительной термообработки (при готовке варенья, для выпечки, добавления к соусам и т. д.). Скажем, такой подсластитель, как аспартам, при термообработке просто разрушается

• **Уксус** (и другие пищевые кислоты) как специя известен и популярен с древнейших времен. По сути уксус – побочный продукт винопроизводства: если вино окислилось (при открытом брожении), то получается уксус, при этом используют как красные, так и белые винные материалы. Помимо винного уксуса, популярен яблочный. Существует и спиртовой – на основе этилового спирта (окисленного уксусными бактериями). Самый интересный представитель этой группы – бальзамический, то есть виноградный, уксус, длительно выдержанный в бочках. Производится также концентрированная уксусная эссенция, которую при употреблении в пищу необходимо разбавлять водой. Уксус обладает резким кислым вкусом и специфическим ароматом. Кроме того, он способен менять структуру продукта и

подавлять гниение; эти два свойства используют для маринования (мяса, рыбы, птицы) и консервирования. Уксус также входит в состав различных соусов и салатных заправок (в том числе и майонезов), он идет в ход при варке бульонов и супов, а также при выпечке. Схожий диапазон применения у лимонной, яблочной и других пищевых кислот. В сладкие напитки и десерты добавляют скорее лимонную кислоту, чем уксус, потому что она не обладает столь резким ароматом.

• **Сода** – бикарбонат натрия. В кулинарии в основном используется в качестве разрыхлителя в выпечке (с той же целью употребляется углекислый аммоний). Сода служит разрыхлителем в сочетании с уксусом или другими пищевыми кислотами. Иногда с содой варят цукаты (которые она размягчает особым образом) и варенья, а также тушат мясо, замешивают крутое тесто для азиатской лапши и т. д.

• **Крахмал** – безвкусный порошок белого цвета. Крахмал содержится во многих углеводных продуктах, но получают его, как правило, из картофеля и кукурузы, реже из злаковых (пшеницы, овса, риса). Высоко его содержание в бананах, каштанах и бобовых. Нерастворимый в холодной воде крахмал при нагревании (добавлении в горячую воду) растворяется, образуя клейстер. Крахмал обеспечивает особо нежную (бархатистую) консистенцию блюда, его добавляют в соусы, с ним варят кисели и различные десерты, в сладкой же выпечке замена части муки на крахмал, наоборот, обеспечит рассыпчатость готового теста.

• **Желатин** (а также агар-агар, карлук, пектин и другие желирующие вещества). Желатин – это фактически костный клей, продукт гидролиза коллагеновых волокон. Он обеспечивает застывание – необходимую плотность консистенции – при изготовлении различных десертов (фруктовых и ягодных желе), муссов, кремов, а также заливных блюд. Нерастворим в холодной воде, но растворяется при нагревании, а при последующем охлаждении застывает. Желатин выпускается в виде кристаллического золотистого порошка или тонких прозрачных пластин (листовой желатин). И тот и другие следует замочить в холодной воде до набухания (30–40 минут), а потом нагреть, не доводя до кипения. **Карлук** – это желатин, получаемый из рыбных продуктов. **Агар-агар** – вытяжка из красных и бурых водорослей, оказывает сильное желирующее действие, является растительным заменителем желатина, широко применяется в вегетарианской кухне и кондитерской промышленности. Есть еще один желатин растительного происхождения – **пектин**, желирующие свойства его не столь ярко выражены, как у агар-агара, тем не менее он

значительно уплотняет структуру продукта, чаще всего используется в приготовлении джемов, конфитюров, зефира, пастилы, а также индийской приправы чатни.

• **Пепсин** и **ренин** – ферменты, вырабатываемые слизистой желудка млекопитающих. В кулинарии используют как сычужный фермент, при помощи которого добиваются свертывания молока с целью приготовления сыра. Вообще, сычуг – часть желудка жвачных животных, и именно созревание в сычужном мешке давало сыру те самые плотность и остроту вкуса, которые отличают твердый сыр от обычного пресного творога. В настоящее время ничьи желудки не участвуют в процессе созревания сыра, но пепсин и ренин – это и есть вытяжка из свиных или коровьих желудков.

• **Глутамат натрия** – мононатриевая соль глутаминовой кислоты, относящейся к аминокислотам. Белый кристаллический порошок, не обладающий вкусом или ароматом, но значительно усиливающий природный вкус ингредиентов (особенно в сочетании с поваренной солью). Эта специя обеспечивает белковый вкус пищи (он же пятый основной вкус, или вкус умами). Не подлежит длительной термообработке, не подходит для сладких блюд, но добавляется в супы, соусы, различные рагу за пару минут до конца приготовления. В натуральном виде содержится в ферментированных продуктах; значительное количество глутаминовой кислоты присутствует в помидорах, брокколи, грецких орехах, винограде, грибах и т. д.

Приправы

Вкусовые добавки этой группы в большей степени, чем специи, работают с консистенцией продукта, как правило размягчая ее, а также придают пище и вкус, и аромат. Прежде всего к приправам относятся всевозможные соусы, и, основываясь на этом, можно сказать, что приправы – это многокомпонентные смеси, однако и алкоголь, и томатная паста, и каперсы, и мед, и орехи, и даже капустный рассол вполне могут служить приправой – меняя консистенцию продукта, придавая ему определенные вкус и аромат. Уксус, настоянный на орехах, луке, сельдерее или ароматных зернах, из специи превращается в приправу. Сухая **аджика** представляет собой смесь сухих трав, семян, перца (все это пряности) и соли (специя), но будучи заправленной виноградным уксусом (специя) превращается в приправу – аджику-пасту.

• **Столовый хрен** (натертый хрен, смешанный с солью и заправленный уксусом) является приправой. Он подается к мясным и рыбным блюдам (ростбифу, отварному или запеченному языку, отварной рыбе), к заливному и холодцу – к холодным, а не горячим закускам.

• **Горчица** (измельченные или цельные горчичные зерна, заправленные уксусом) подходит только к мясным блюдам (не к рыбе), к холодным и горячим закускам, может служить основой для маринадов при приготовлении мяса или птицы, входит в состав различных салатных заправок (от классического соуса

винегрет до майонезов). Горчица бывает разных «стилей» – от сладковатой баварской (с участием зерен крупного помола и с добавлением карамели) до нежной дижонской, где уксус заменяется виноградным соком. И, пожалуй, самая известная и «злая» горчица – это русская, готовится она из высушенных зерен сарептской горчицы, измельченных до состояния порошка и заправленных уксусом.

Как говорилось, с рыбными блюдами горчица не сочетается (не считая горчичного маринада для сельди), но к рыбе подается ориентальный вариант горчицы – **васаби.**

• **Кетчуп** – один из самых известных томатных соусов, незаменимая приправа практически в каждом доме. В состав классического кетчупа входят томаты (уваренные до состояния томатной пасты), уксус, соль, черный перец и красная паприка. Так как густота кетчупа является самоценной, промышленные производители, как правило, добавляют к томатной пасте крахмал. Помимо указанных ингредиентов, в составе кетчупа могут быть сахар, чеснок, ароматные коренья (например, сельдерей) и различные пряности – от гвоздики до мускатного ореха.

Подается кетчуп в основном к мясным и овощным горячим блюдам, хотя многие используют его более широко, употребляя с мучными изделиями (пельменями, пастой и т. д.).

• **Ткемали** – грузинский соус. Его готовят из специального сорта слив – ткемали – путем уваривания их до пюреобразного состояния с добавлением красной жгучей паприки, кинзы (иногда и укропа) и – обязательно! – ароматной травы омбало (мята болотная), которая не только придает определенный вкус, но и предупреждает брожение слив. В конце приготовления в соус добавляют виноградный уксус. Ткемали бывает красный и зеленый (из спелых или незрелых слив), подается и к мясу, и к птице, и к рыбе, а также к овощным блюдам и к блюдам из фасоли; служит также добавкой для супа харчо.

• **Аджика** – абхазская приправа, буквальное значение – «перечная соль». По легенде смешивать соль с перцем и пряными травами начали чабаны для того, чтобы овцы, которых они пасли, не покушались на хозяйскую соль. Кроме соли и красного (а иногда зеленого) перца в состав аджики входит уцхо-сунели (голубой пажитник), а иногда и целый букет пряных трав, известный под названием «хмели-сунели». Аджика может быть в сухом виде, но более популярный вариант этой приправы – паста (смесь пряностей и специй, заправленная виноградным уксусом). Несмотря на красный цвет, никаких томатов в составе аджики нет. Только красный перец (паприка).

• **Соевый соус** – продукт брожения (ферментации) соевых бобов и зерен пшеницы или ячменя при участии плесневого грибка *Aspergillus* (который существенно ускоряет процесс) с добавлением соли и воды. Соевый соус получается в результате длительного – в течение нескольких месяцев – естественного сбраживания. Или же его производят путем гидролиза, на что требуется всего три дня, – но тогда его качество оставляет желать лучшего. Соевый белок гидролизуется при участии серной или соляной кислот, которые затем гасятся щелочью. Благодаря высокому содержанию глутамата натрия соевый соус является одним из самых известных носителей вкуса умами. На основе соевого соуса, куда добавляется сахар и саке, делают **соус терияки** (терияки – это способ обжарки, характерный для японской кухни: за счет сладкого густого соуса достигается особый карамелизованный глянец продукта). Соевый соус служит приправой для мясных и рыбных блюд, холодных и горячих, а также приправой для риса, салатов из свежих овощей; используется в качестве маринада.

• **Наршараб** – азербайджанский соус, получаемый в результате уваривания (сгущения) гранатового сока с добавлением сахара и различных пряностей (кориандра, корицы, лаврового листа). Насыщенный густой кисло-сладкий соус темно-коричневого цвета подходит и для мясных, и для рыбных блюд.

• **Вустерширский соус** – еще один ферментированный соус. В нем более 20 компонентов, прежде всего уксус, сахар и анчоусы пряного посола. Но также в нем присутствуют лук, чеснок, имбирь, мускатный орех, сельдерей, эстрагон, крепкий бульон (аспик), лимонный сок, различные виды перца и т. д. Вустерширский соус – незаменимый ингредиент заправки для салата цезарь, он входит в состав многих алкогольных коктейлей. Подается к блюдам из яиц (яичнице с беконом и пр.), к классическим английским мясным блюдам и используется для маринования рыбы.

• **Устричный соус,** популярный в Восточной Азии, – это устричная эссенция, соль, сахар и крахмал в качестве загустителя. **Устричный соус** иногда путают с **рыбным** (также популярным в Азии), который готовится из мелкой рыбы путем ферментации. И тот и другой содержат большое количество глутамата натрия и широко применяются при изготовлении самых различных блюд.

• **Табаско** – марка острых соусов на основе кайенского перца (другое название – табаско), уксуса и соли. Зрелые перцы пюрируют с солью, закладывают в дубовые бочки и оставляют на три года для брожения, затем фильтруют и заправляют уксусом. Очень острый соус, его используют в минимальных дозах в

различных блюдах (от омлетов до салатов), а также в коктейлях и маринадах.

• **Алкоголь** – одна из самых распространенных пищевых добавок (приправ), причем применяться при готовке могут как пиво, так и вино и дистилляты (ром, виски, различные виды бренди, ликеры и т. д.). Пиво и вино служат в качестве маринадов и основ для различных соусов для длительного тушения или запекания. Крепкий ароматный алкоголь добавляют в десерты, выпечку, напитки, помогая создать определенную структуру и ароматизируя блюдо. Помимо этого, крепкий алкоголь используют для фламбирования (поджигания блюда перед подачей) как горячих основных блюд, так и десертов.

Ароматизаторы

Речь пойдет только об ароматических веществах натурального происхождения – ароматных травах, цветах, листьях и других частях растений, а не о синтетических ароматических добавках.

От пряностей и специй ароматизаторы отличает то, что они придают только запах, не влияя на вкус блюда. Если пряности обеспечивают целую гамму запахов, то ароматизаторы – лишь один определенный аромат. Чаще всего ароматизаторы используют в напитках, десертах и сладкой выпечке – но не только. Так, в засолке огурцов участвуют **листья хрена и черной смородины**.

Очень многие натуральные ароматизаторы давно имеют синтетический аналог – например, порошок ванилин. Да, **ванильный стручок** стоит на порядок дороже пакетика с ванилином, но все равно лучше один раз купить настоящую ваниль – и с ее помощью ароматизировать сахарный песок или сахарную пудру (просто хранить вместе с сахаром в плотно закрытой банке; вкус сахара не изменится, а вот аромат он впитает в себя охотно и отдаст его потом вашим десертам).

Такой напиток, как чай, довольно часто ароматизируют лепестками и листьями различных растений – **цветками жасмина**, **бергамота** или опять же листьями черной смородины. Готовя какое-либо блюдо на основе миндальной муки, как правило, к обычному сладкому миндалю добавляют пару орехов **горького миндаля** – совсем немного, чтобы не почувствовать горечи, но чтобы в марципане или других десертах ощущался тонкий миндальный горьковатый запах.

Пряности

Пряности – это продукты исключительно растительного происхождения, обладающие бактерицидными (антисептическими) свойствами и придающие блюду своеобразный аромат и острый вкус (у разных пряностей степень остроты различна), а также увеличивающие сроки его хранения (служат консервантами). Они не идут в пищу сами по себе, их добавляют в минимальных количествах. В качестве пряностей могут использоваться листья, кора, корни, цветы, семена и плоды различных растений.

Чаще всего пряности представлены в сушеном виде. Это в первую очередь связано с тем, что большая часть классических пряностей произрастает в южных и экзотических странах, но также значение имеет и тот факт, что именно в сушеном (или ферментированном) виде многие пряности эффективнее всего передают блюду свой вкус и аромат. Есть группа и свежих пряностей – так называемых местных (о них речь пойдет ниже). Это ароматные травы, листья и коренья, которые значительно теряют в своих качествах при высушивании или иной обработке. Например, эстрагон (тархун) утрачивает большое количество эфирных масел, а соответственно, и свой освежающий резкий вкус и аромат. Бывает, что одни части растения употребляют в свежем виде, а другие – в сушеном. Например, зелень кинзы и семена этого же растения кориандра. Причем, если зелень кинзы популярна в местах произрастания (в частности, на Кавказе), то семена кориандра используют во многих национальных кухнях (как вкусовую и ароматическую добавку к выпечке, например).

Классические пряности

Классические пряности – перец, гвоздику, корицу, мускатный орех, кардамон – и у себя на родине употребляют именно в сушеном виде.

Высокие цены на «заморские» пряности, затруднительность торговли в связи с войнами или эпидемиями приводили к тому, что люди всегда пытались найти аналоги вместо, так сказать, экзотики, и уже в Средние века думали об «импортозамещении». Например, чеснок, сменивший некогда популярную иранскую асафетиду, почти вытеснил последнюю из нашего меню.

• **Перец** – чаще всего использующаяся в готовке пряность. Этот плод перечной лианы *(Piper nigrum)* родом из Индии. Жгучим вкусом он обязан веществу пиперин.

Зеленый, белый, черный и красный (довольно редкий) перцы – это все «представители» одного вида. Плоды перечной лианы – костянки шаровидной формы с твердой плодовой оболочкой. Отличаются перцы степенью зрелости и способами обработки:

– **Зеленый перец** – незрелые плоды, собираемые с оболочкой, поверхность их глазируется (чаще солью). Перед сушкой их не вываривают, а вымачивают в соляном растворе. Имеют яркий, но довольно мягкий аромат и нежгучий вкус. Горошины хорошо держать вместе с крупной солью в мельнице, чтобы сдабривать этой смесью еду уже при подаче. Зеленый перец подходит как для мясных, так и для рыбных и овощных блюд.

– **Белый перец** – полностью созревшие плоды, но лишенные оболочки. Белый перец имеет слабовыраженный запах, но добавлять его нужно умеренно: свои вкусовые и ароматические качества он раскрывает при термообработке, давая не резкий, но душноватый аромат. Его используют в блюдах из теста, таких как паста, пельмени. В мясных блюдах в качестве сопровождения он больше подходит к отварному белому мясу – телятине, свинине, птице; сочетается и с рыбой (также не жареной, а отварной). Но лучше всего его применять для приготовления белых соусов на мучной, крахмальной, масляной или яичной основах. Просто потому, что он белый и не создает черной взвеси в белоснежном соусе.

– **Черный перец** – самый распространенный среди своих собратьев. Это недозрелый перец; в отличие от зеленого, он ферментируется на солнце, благодаря чему приобретает черный цвет. У него самые яркие вкус и аромат. Употребляется как добавка и к мясным, и к рыбным, и к овощным блюдам. Им ароматизируют растительное масло перед обжаркой продукта или столовые уксусы, а также растительные масла для заправки салатов. Добавляют черный перец и в сладкие блюда (например, в пряничное тесто), а также в такие напитки, как глинтвейн, глёг или сбитень. Отличный вариант для густых сладких настоек на сухофруктах. Например, к настойке на чернослив на литр водки стоит добавить пять-шесть горошин черного перца. Горечи они не дадут, но привнесут легкую нотку остроты, помогая сбалансировать приторность чернослива.

– **Красный, или коричневый, перец** – полностью созревшие, но неферментированные плоды все той же перечной лианы с сохраненной оболочкой. Довольно редкий вид пряностей; используется для декорирования блюд, ароматизации масла, в смесях разноцветного перца. На вкус красный перец острее и грубее черного и не так ароматен. Как правило, его не

измельчают.

• **Кубеба** – родственник вышеназванных перцев, родом из Индонезии. Обладает самым ярким ароматом и самым жгучим вкусом из всех перечных, а также легким оттенком камфорного аромата. Идеальный вариант для маринадов и запекания дичи.

Остальные «перцы» никакого отношения к семейству перечных не имеют, а называются так за внешний вид (форма горошин), пряный аромат и жгучий вкус.

• **Перец розе**, **розовый**, **бразильский**, **перуанский перец** – все это один и тот же плод дерева шинус. Свойственной перечным жгучести у него нет, но есть очень яркий приятный аромат с цветочно-хвойными нотками; вкус скорее сладковатый. Он плохо переносит термообработку, поэтому его следует добавлять в уже готовые блюда или в конце процесса приготовления. Зачастую горошинки розе кладут в смесь разноцветного перца, что совершенно напрасно, потому что среди настоящего жгучего перца розовый теряется. Отлично подходит к рыбным и овощным блюдам, в том числе и к свежим овощам (салатам), часто используется как элемент декора, в том числе и в десертах.

• **Душистый, или ямайский**, **перец** является плодом пименты, вечнозеленого дерева. От черного перца он отличается меньшей жгучестью и более богатым букетом, сочетая в себе свойства корицы, гвоздики и мускатного ореха. В целом виде его чаще всего используют для приготовления бульонов, маринадов, рассолов, горячих напитков, в измельченном – для некоторых видов печений и пряников.

• **Сычуаньский,** или **японский**, **китайский**, **перец** растет на дереве рода цитрусовых. Ярким ароматом и вкусом с нотками лимона и аниса, легкой жгучестью обладают не сами зернышки (их при готовке лучше изъять), а оболочка плода. Еще этот перец дает слегка холодящий эффект (типа эфирного или ментолового). Отлично сочетается с имбирем. С сычуаньским перцем готовят различные блюда в ориентальном стиле, но при этом он вполне прижился и на европейской кухне (использовать его можно в тех блюдах, в которые вы добавили бы имбирь, но можно и расширить поле для экспериментов).

Все виды перца-горошка стоит хранить именно в виде горошин, измельчая по необходимости перед добавлением в блюдо. В молотом виде перец имеет крайне нестойкий аромат.

• **Стручковый перец** – растения рода *Capsicum* семейства пасленовых. Перцами их назвали только из-за жгучести, а с классическими перечными у них нет ничего общего (включая и внешний вид). Стручковый перец, овощной перец, паприка, перец чили – это практически синонимы. В зависимости от сорта стручковый перец может быть сладким или острым (жгучим). За степень жгучести отвечает вещество капсаицин – алкалоид, работающий с тепловыми рецепторами.

У древних ацтеков некоторые виды жгучего перца использовались как орудие пыток для пленных; капсаицин применяется в средствах самообороны (перцовых и газовых баллончиках).

Капсаицин содержится как в оболочке, так и в зернах, причем, в зернах его содержание зачастую выше, и, чтобы уменьшить жгучесть, зерна иногда удаляют.

В сладких сортах фенольное соединение капсаицина отсутствует – такие сорта мы называем овощным перцем, салатным или болгарским, а также сладкой паприкой. Чили – самое условное обозначение паприки, но когда мы говорим «чили», то всегда подразумеваем острый перец красного цвета (созревшие плоды). К разновидности «чили» относится и кайенский перец. Но паприка – это более точное название для всей группы *Capsicum.*

Шкала жгучести Сковилла

ЖГУЧЕСТЬ, SHU (Scoville Heat Units)	СОРТА ПЕРЦА, ПРОДУКТЫ И ИЗДЕЛИЯ НА ЕГО ОСНОВЕ
15 000 000–16 000 000	Чистый капсаицин
9 100 000–15 000 000	Капсаициноиды (дигидрокапсаицин, нордигидрокапсаицин и др.)
2 000 000– 5 300 000	Перцовые баллончики
1 200 000–1 460 000	Скорпион Тринидада (Trinidad Scorpion Butch T)
855 000–1 041 427	Бхут джолокия (Bhut Jolokia), нага джолокия (Naga Jolokia)
876 000– 970 000	Дорсет нага (Dorset Naga), тезпур (Tezpur)
350 000–577 000	Красный перец савина хабанеро (Red Savina Habanero)
100 000–350 000	Хабанеро (Habanero Chile), «мадам Жанетт» (Madame Janette), южноамериканский перец (South American chinenses), африканский «птичий глаз» (African Birds Eye)
100 000–200 000	Ямайский жгучий перец (Jamaican Hot Pepper)
50 000–100 000	«Птичий глаз» (Birds Eye), тайский перец (Thai Pepper), малагета (Malagueta Pepper), чилтепин (Chiltepin Pepper), тепин (Tepin)
30 000–50 000	Перец кустарниковый (Capsicum frutescens), кайенский перец (Cayenne pepper), аджи (Aji Pepper), «крошка» (Piquin), пакистанский чили (Pakistan Dundicut)
10 000–25 000	Серрано (Serrano Pepper), мексиканский древовидный перец (de Arbol), красный перец высшего сорта (Crushed Red Pepper)
7000–8000	Соус табаско (хабанеро) (Tabasco Sauce (Habanero))
5000–10 000	Болгарский острый перец (Wax Pepper), незрелый халапеньо (Early Jalapeno)
2500–8000	Халапеньо (Jalapeno Pepper)
2500–5000	Острый соус «Луизиана» (Hot Sauce Louisiana), пасилла (Pasilla)
1500–2500	Рототийо (Rocotillo Pepper), сандья (Sandia), каскабель (Cascabel), болгарский желтый перец (Hungartan Yellow Wax Hot)
1000–1500	Анахейм (Anaheim), поблано (Poblano Pepper), мягкий халапеньо (Mild Jalepeno)
600–800	Соус табаско (зеленый перец) (Tabasco Sauce (Green Pepper))
500–1000	Анчо (Ancho)
100–500	Душистый перец пимента (Pimiento), пепперончини (Pepperoncini), маринованный пепперончини (Pickled Pepperoncini), венгерская жгучая паприка
0–100	Сладкий, или болгарский, перец

Паприкой также называют измельченную высушенную мякоть этих плодов – пряный порошок средней или слабой жгучести (бывает и совсем сладкая паприка). Сушеная или свежая паприка – «мясная» пряность, ее крайне редко употребляют в рыбных блюдах. Сладкую и среднежгучую паприку используют скорее для аромата, нежели для придания острого вкуса. Кроме того, паприка – отличный пищевой краситель. Для повышения

яркости ее можно добавлять не только в соусы или бульоны, но и в тесто для пасты, блинов или пельменей. В сушеной измельченной паприке панируют, маринуют, ей посыпают края тарелки при подаче. Эта пряность также используется в приготовлении соусов и салатов, в овощных блюдах и блюдах из злаковых и бобовых (особенно из фасоли в мексиканском стиле). Пекут и хлеб с паприкой – как правило, оранжевые пшеничные лепешки пикантного вкуса.

Наиболее яркие представители рода *Capsicum*:

• **Кайенский перец** отличается от других стручковых красных перцев малым размером (до 1,5 см) и оранжевым цветом. Обладает очень сильным ароматом. Широко используется в мясных и овощных блюдах, а также в десертах – в сочетании с горьким шоколадом (в горячий шоколад или какао тоже можно бросить щепотку кайенского перца). Вкус у него очень насыщенный, сильножгучий, и добавляется в пищу этот перец крайне умеренно. Чаще встречается в сушеном – цельном или молотом – виде.

• **Хабанеро** (второе название – **китайский перец**, но, несмотря на это, родом он все же, как и другие пасленовые, из Америки) – один из самых жгучих перцев. Служит основой соусов и различных блюд латиноамериканской кухни, входит в состав соуса табаско. Есть и экзотические варианты типа белого хабанеро.

• **Халапеньо** дает среднежгучий вкус, употребляется в зеленом (незрелом) виде с удаленными косточками (так проще регулировать степень остроты), свежим или маринованным. Используется как добавка к мясным блюдам, супам, овощным рагу, в качестве наполнителя для пиццы или дополнения к начинке для пирогов. Красный (созревший) халапеньо традиционно коптят на древесном дыму. Копченая паприка чаще встречается в виде хлопьев, чем мелкого порошка, на ее основе делают разнообразные соусы.

• **Ямайский жгучий перец** по шкале жгучести опережает хабанеро, имеет своеобразную форму – шарообразную с небольшим хвостиком.

• Еще более выраженным хвостиком и отчаянно жгучим вкусом обладает сорт **скорпион Тринидада** (прозванный скорпионом как раз за этот хвостик) – это лидер по шкале жгучести в растительном мире, выше идут уже перцовые баллончики.

Десертные пряности

Десертные пряности – те, которые зачастую используют при приготовлении и подаче сладких блюд и напитков. Но этим диапазон их применения не ограничивается.

• **Мускатный орех и мускатный цвет.** Орех – это косточка плодов мускатного дерева; цвет – это околоплодник. Обе пряности обладают тонким чуть парфюмированным ароматом, жгучесть слабо выражена. Способы их применения в кулинарии примерно одинаковы, просто околоплодники более нежные по текстуре. У этих универсальных пряностей один из самых широких спектров применения. Годятся они и для мясных, и для рыбных блюд (как для холодных, так и для горячих), их добавляют в бульоны, соусы (бешамель без мускатного ореха – не настоящий!), всевозможные напитки (от кофе до глинтвейна), кексы, бисквиты, начинки для пирогов, сладкие кремы, творожные пасты и запеканки, шоколадные десерты и т. д. Мускатный орех и мускатный цвет отлично сочетаются с другими пряностями – и с перцем, и с корицей. Как и другие пряности, их не стоит покупать и хранить в измельченном виде; мускатный орех лучше натирать на самой мелкой терке непосредственно перед употреблением. Использование в минимальных дозах – девиз практически для всех пряностей, но в отношении мускатного ореха это особенно верно, потому что он оказывает стимулирующее воздействие на нервную и сердечно-сосудистую системы.

• **Корица** – самая сладкая из всех пряностей. Представляет собой свернутые трубочки – высушенную кору коричного дерева. Обладает очень ярким ароматом, сладковатым вкусом и легкой жгучестью. Аромат корицы – главная нота европейского Рождества. Чаще всего корицу кладут в булочки, яблоки с карамелью, ей посыпают печенье и ароматизируют кексы, кремы для тортов, пряники, коврижки, варенье и т. д.; также она используется как добавка для таких напитков, как глинтвейн, капучино (или другой вариант кофе). Нагретый яблочный сок с корицей – лучшее средство от простуды по рецепту Муми-мамы. Корица может быть ингредиентом не только сладких блюд, но и пряно-острых сладковатых соусов для мяса или птицы. Эта пряность отлично сочетается с вишней – с вареньем или сиропом.

Покупать и хранить корицу стоит только в виде палочек, и при покупке важно быть внимательными. Корицу довольно часто путают с **кассией**. Последняя обладает схожим, хотя и менее стойким ароматом, чем пользуются недобросовестные производители, а также более низкими вкусовыми качествами и довольно вредным химическим составом. Кассия – более прочная, «деревянная», а трубочки корицы – легкие, ломкие, закрученные с

обеих сторон.

• **Гвоздика** – нераспустившиеся почки цветов миртового дерева. Обладает сильным ароматом и среднежгучим вкусом с эфирно-камфорными нотками. Оказывает довольно устойчивое бактерицидное действие, что часто используют при консервировании овощей и грибов. Плохо переносит длительную термообработку, давая неприятную горечь, и поэтому в соусы или маринады ее следует добавлять в самом конце процесса приготовления. Чаще с ней готовят мясные блюда (особенно дичь); в рыбе она присутствует только в составе маринада (например, в сельди или кильке пряного посола). Гвоздику добавляют в десертные блюда – при выпечке кексов и коврижек, а также в горячие алкогольные и безалкогольные напитки. Ее лучше не измельчать, а добавлять по два-три бутона (можно слегка растереть пальцами).

• **Кардамон** – ферментированные плоды травянистого растения семейства имбирных, представляющие собой мелкие продолговатые коробочки светло-зеленого цвета с черными зернами внутри. Плоды кардамона собираются незрелыми. У них среднежгучий вкус и камфорный аромат, который отлично раскрывается при термообработке. Кардамон тонизирует, поэтому зачастую его добавляют в чай или кофе (иногда перемалывают прямо вместе с кофейными зернами). Он может также входить в состав маринадов для мясных блюд и использоваться для посыпки сладкой или соленой выпечки.

• **Ваниль** – ферментированные стручки тропической лианы семейства орхидных. Довольно обманчивая пряность с душным ярко выраженным сладким запахом, при этом на вкус стручки ванили горьковатые с легкой жгучестью. Из других специй ваниль сочетается разве что с корицей (все остальные она просто «забивает»). Ванилью ароматизируют сахар (сахарную пудру) или перед добавлением в десерты тщательно растирают с сахарной пудрой, в тесто для сладкой выпечки (кексы, бисквиты, печенья) вводят содержимое стручка (выскабливая его ножом), а иногда измельчают и сам стручок. Ее кладут в кондитерские кремы, шоколад, взбитые сливки, варенья, компоты, кисели, всевозможную выпечку, мороженое, напитки – практически нет таких сладких блюд и напитков, вкус и аромат которых нельзя было бы улучшить с помощью этой пряности. Одно из самых интересных сочетаний – ваниль с кокосовым молоком или кокосовой стружкой.

• **Шафран** – высушенные рыльца цветков шафрана (крокуса) с тонким душистым и чуть горьковатым ароматом. Шафран – одна из самых дорогих пряностей, с которой готовят сладкую выпечку и другие кондитерские изделия. Он незаменим для плова, других блюд из риса, а также всевозможных овощных рагу. Не очень хорошо сочетается с остальными пряностями и чаще выступает как «рыбная» приправа, хотя вполне годится для мяса, особенно птицы. Применяется и как пищевой краситель, придавая блюду золотисто-оранжевый цвет.

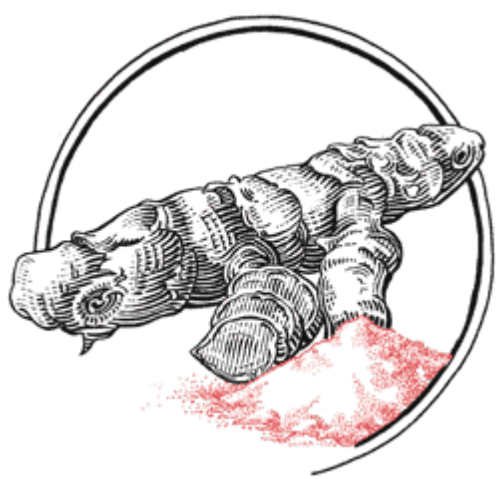
• **Бадьян** также называют звездчатым анисом – и недаром: он напоминает анис ароматом, только у бадьяна этот запах более насыщенный, сладковато-горький с сильными эфирными нотками. Бадьян входит в обязательный набор пряностей для глинтвейна (а также для глёгов и сбитней), подходит скорее для

баранины и птицы, нежели для свинины или говядины. Широкое применение нашел в кондитерском производстве (для пряников, коврижек, куличей, различного печенья). В напитки, маринады, соусы его так и закладывают целиком, «звездочкой», для выпечки измельчают.

Пряные коренья

Коренья многих растений могут быть применены в качестве пряностей, но мы остановимся на трех из них (выделив те, у которых практически не используются другие части растений).

• **Куркума** – высушенный измельченный корень, желто-зеленоватый или желто-оранжевый. Второе его название – индийский шафран, скорее из-за цвета, а не аромата. Запах куркумы ближе к имбирному с легким оттенком мускуса. Вкус чуть перечный, слабожгучий. Куркума обладает бактерицидными свойствами, поэтому часто используется при консервировании. Она также ценится за яркий цвет и может служить пищевым красителем. Для яркости эту пряность добавляют в различные приправы (от горчицы до майонеза). Однако не стоит куркумой старательно подкрашивать куриный бульон, потому что аромат курицы она легко может перебить, и цвет при варке в воде будет зеленоватым, а не золотистым. Но для мучных изделий (пасты, пельменей) куркума вполне подходит, как и для подкрашивания различных печений, творожных паст и кремов, белых соусов на мучной основе, а также домашних сыров. Подобно шафрану куркума хороша в блюдах из риса. В ней можно панировать (смешав с мукой или сухарями) мясные, куриные и рыбные полуфабрикаты. Куркума – основной компонент такой смеси пряностей, как карри.



• **Имбирь** употребляют в свежем, сушеном или маринованном видах, при сушке он теряет значительное количество освежающей остроты и аромата, поэтому свежий вариант предпочтителен. При этом для выпечки (имбирных печений или пряников) сушеный подходит больше. Маринованный имбирь – обязательная приправа к суши, но хорош он также и в салатах, и в качестве самостоятельной закуски. Традиционно его маринуют с рисовым уксусом, в процессе чего имбирь сам меняет окраску на розоватую, но большинство производителей просто подкрашивают маринад свекольным соком.

Свежий имбирь оказывает сильное бактерицидное действие, служит для профилактики простудных заболеваний, обладает среднежгучим вкусом и ярким ароматом. Корень имбиря добавляют в чай, лимонады, другие напитки. Он является основой маринада для мяса, птицы, включая дичь. С имбирем делают наливки, настойки, ликеры, им ароматизируют пиво и квас. Засахаренный сушеный имбирь подается в качестве конфет (притом что сушеный имбирь приобретает легкий хвойный запах, не очень выигрышный в сочетании с сахаром). Имбирь так же, как куркума, входит в состав смеси карри.

• **Фенхель** – корень зонтичного растения, которое также называют многолетним укропом. Внешнее сходство между двумя растениями и правда есть, но фенхель, в отличие от укропа, обладает развитым корнем, скорее даже клубнем. Фенхель может выступать и как самостоятельный продукт (его запекают, фаршируют мясом или овощными смесями, тушат и т. д.), и как пряность – за счет ярко выраженного аромата он легко сыграет свою партию даже будучи представленным в малом количестве. Его добавляют в супы, бульоны, жаркое. Аромат фенхеля совсем не похож на укропный, а напоминаем анис и эстрагон.

Местные пряности

Местные пряности – свежие травы и другие растения, которые произрастают в наших широтах. Разумеется, многие из них используют не только в свежем, но и в сушеном виде.

• **Анис** – зонтичное растение, для кулинарных целей берут сушеные семена, имеющие яркий, слегка аптечный аромат (сладковато-эфирный). Анис может служить в качестве присыпки для булочек или печенья, для ароматизации квасов, лимонадов и других прохладительных напитков.

• **Тмин** – также сушеные семена зонтичного растения, на вкус более горькие, чем анис или укроп. Тмин можно добавлять в

творожные пасты, молодые сыры, им обсыпают хлеб (чаще всего ржаной), ароматизируют хлебный квас (обычно несладкие сорта). Очень хорош в блюдах с тушеной капустой, будь то с мясом или нет.

• **Можжевельник** – это ягоды хвойного растения, которые чаще используют в сушеном виде, хотя возможно и в свежем. **Можжевельник** имеет четкий хвойный запах, отлично сочетается с дичью (особенно в качестве составляющей маринада перед термообработкой), его также добавляют в различные овощные рагу, мясное жаркое, ржаную выпечку. Можжевеловые ягоды придают неповторимый вкус джину. В Эстонии с можжевеловыми ягодами коптят некоторые виды сыров.

• **Укроп**, наверное, самая распространенная пряная зелень в наших широтах, используемая иногда избыточно. Укроп принадлежит к семейству зонтичных. Семена имеют скорее медицинское назначение, чем кулинарное, а в пищу мы употребляем стебли и листья (веточки). Соцветия укропа (зонтики) являются незаменимым компонентом для овощного консервирования.

Зачастую под словами «свежая зелень» мы подразумеваем именно укроп (ну иногда еще и петрушку). Укроп действительно нежный, пряный, у него аромат зрелого лета, но это не значит, что его стоит добавлять буквально во все блюда.

Случаи, когда укроп уместен:

• в сочетании с кисломолочными продуктами: творожные (несладкие) пасты, сырные муссы, сметанные или кефирные соусы, зеленое масло (охлажденное взбитое сливочное масло с измельченной зеленью);

• с отварной или запеченной рыбой (а также с рыбными муссами, рыбой слабой соли и с холодными закусками с рыбой или морепродуктами), но с жареной – уже нельзя;

• в овощных супах на кореньях (без мясного бульона), особенно крем-супах и супах-пюре;

• в блюдах из картофеля (также лучше отварного, то есть с картофельным пюре укроп сочетается отлично, а вот с жареной картошкой – нет);

• в блюдах с отварной или запеченной курицей;

• в салатах с добавлением вареных яиц.

• **Петрушка** – зонтичное растение; кроме листьев и стеблей в

кулинарии применяют и корень – для приготовления бульонов, овощных рагу, жаркого, соусов. Свежие листья петрушки отлично подчеркивают вкус жареных мяса или рыбы, прекрасно сочетаются и с копченостями. На основе петрушки (как и укропа) можно делать зеленое масло, острые творожные пасты (с чесноком или паприкой). Петрушка хороша в салатах со свежими или отварными овощами, а также в овощных супах. По аналогии с петрушкой используют и такую пряную зелень, как **пастернак**.

• **Сельдерей** – довольно крупный представитель зонтичных. В кулинарии применяют как корни (для варки бульонов и соусов, для свежих салатов, овощной подушки при запекании мяса или рыбы, для заправки супов), так и листья со стеблями. Стебли у сельдерея внушительные и употребляются отдельно от листьев – в качестве самостоятельной закуски (в сопровождении соусов дипов) либо компонента салата или супа. Листья используют так же, как и листья петрушки. Корень сельдерея обладает ярко выраженным резковатым, но сладким ароматом и довольно часто служит для ароматизации масла или уксуса. Сельдерей, нарезанный тонкими пластами, можно обжарить или подсушить как чипсы. Таким же образом, как сельдерей, используют и схожее растение – **любисток**.

• **Кинза** – растение семейства зонтичных с резким едким ароматом, внешне похожее на петрушку. В кулинарии употребляют и зеленые листья (для салатов из свежих овощей, для овощных супов и рагу), и сухие зерна – **кориандр**. Так, например, в заправку для лобио добавляют как свежую кинзу, так и молотый кориандр. Кориандр на кухнях встречается в виде цельных зерен (ими обсыпают ржаной хлеб или другую

несладкую выпечку типа пивного печенья), измельченным (в соусах) и в составе различных смесей пряностей. Обязательный компонент смеси карри.

• **Розмарин** – вечнозеленый кустарник, его листья употребляют в пищу как в свежем, так и сушеном видах. Обладает хвойным ароматом с лимонными нотками. Свежая веточка розмарина довольно часто служит декором при подаче блюд из баранины, а также говяжьих стейков.

• **Мята** – растение семейства яснотковых с ярко выраженным ментоловым вкусом и освежающим ароматом. Используют как в горячих, так и прохладительных напитках, в мороженом, желе, при подаче десертов, в качестве начинки для шоколадных и карамельных конфет, а также в салатах. С мятой делают различные настойки и ликеры. Мятное желе – отличный гарнир к жареной или запеченной баранине. Мятным соусом (на основе сливочного масла) можно заправлять стручковую фасоль. В сушеном виде мята во многом теряет свои качества и годится разве что для ароматизации чая.

• **Мелисса** – эфирномасличное растение семейства яснотковых. Ее часто называют лимонной мятой, но это разные растения, хотя их применяют одинаково: при подаче десертов, напитков, салатов. Мелиссу также используют при консервировании овощей.

• **Базилик (реган)** – растение семейства яснотковых зеленого или фиолетового цветов. С этой пряностью готовят салаты из свежих овощей, она отлично сочетается с блюдами из птицы (и с некоторыми видами рыбы). В сушеном виде базилик теряет в аромате, но может использоваться для супов и жаркого, а также для панировки куриного филе перед жаркой.

Фиолетовый базилик чуть грубее и по текстуре, и по аромату. Зеленый служит основой для соуса песто и обязательной добавкой ко многим видам итальянской пасты и к соусу для пиццы. В зависимости от аромата зеленый базилик подразделяется на несколько подвидов: гвоздичный, перечный, лимонный, карамельный и пр.

• **Эстрагон (тархун)** относится к роду полынных, но в нем нет полынной горечи. Он обладает ярким освежающим запахом и тонким вкусом. Может служить дополнением к лимонадам и другим прохладительным напиткам (в горячих напитках теряет аромат). С ним, как и с мятой, делают настойки, ликеры и желе. Эстрагон добавляют в салаты из свежих овощей. Им сервируют мясные или рыбные блюда, а также различные запеканки, муссы и суфле. В сушеном виде интереса не представляет. Его не подвергают термообработке.

• **Зира (кумин)** относится к зонтичным растениям, ее зерна имеют схожесть с тмином, но обладают совершенно иным вкусом и запахом. Горьковатый ореховый аромат зиры раскрывается при растирании и нагревании, поэтому растертую (иногда просто пальцами) зиру добавляют в самом начале готовки. Зира очень популярна в азиатской кухне (является главной пряностью для плова, входит в состав знаменитой индийской смеси пряностей гарам масала, является базовым ингредиентом карри) и широко применяется в Латинской Америке. Зиру используют с целью ароматизации масла для обжарки, уксуса для заправки, как присыпку для выпечки; с ней также настаивают водку.

• **Тимьян (чабрец)** – многолетний кустарник семейства яснотковых. Его листья обладают душистым горьким ароматом, отлично ароматизируют черные чаи, создавая эффект дымка (будто чай заваривался на костре). Из-за текстуры мелких, но твердых листьев тимьян не очень подходит для салатов, но прекрасно выступает в качестве дополнения к любым запеченным блюдам – будь то мясо, рыба, птица, лазанья, паштет или пастуший пирог. Возможно использование и в сушеном виде.

• **Орегано** – растение семейства яснотковых. Другое название – **душица**, что свидетельствует о ярком душистом аромате этой травы. Орегано заваривается с черным чаем (или в смеси травяных чаев), подходит для мясных блюд, может быть приправой к пицце, используется при консервировании овощей. С орегано иногда тушат грибы или овощи, маринуют мясо или птицу перед запеканием.

• **Голубой пажитник** – однолетнее растение семейства бобовых. Из его соцветий делают кавказскую приправу уцхо-сунели (не путать с хмели-сунели – смесью различных пряностей). Уцхо-сунели обладает ярким ароматом. Она входит в состав аджики, используется при приготовлении блюд из птицы, включая сациви. Подходит для различных видов жаркого, овощных рагу, а также для мясных начинок для пирогов и запеканок. Голубой пажитник родственен пажитнику сенному, который еще называют пажитником греческим, шамбалой или фенугреком. **Фенугрек** – незаменимая в индийской кухне пряность (входит в состав смеси карри).

• **Лавровый лист** – листья вечнозеленого лавра. В России лавровый лист встречается на юге, в пищу идет, как правило, в сушеном виде. Используют для варки бульонов, для соусов, при тушении мяса и рыбы. При длительной термообработке начинает горчить, поэтому его закладывают уже в конце процесса готовки. И есть одно простое правило: если суп подается со свежей зеленью, то лавровый лист лучше не класть – плохо сочетается.

• **Лук** – это не только обычный репчатый лук (в котором в пищу употребляют и корни, и перья), но и другие популярные представители того же семейства:

• **Лук-шалот** имеет мелкие розоватые луковицы, которые делятся на дольки (почти как чеснок). Он более ароматен, чем обычный лук, и более сладок на вкус.

• **Лук-порей (жемчужный лук)** представляет собой очень мелкие луковички, практически без шелухи (их можно встретить в продаже в маринованном виде под названием «жемчужный»). Порей не отличается специфической луковой едкостью, съедобны его и белая, и зеленая части (белая нежнее). Порей годится как для супов, так и для салатов.

• **Лук-батун** ценен не луковицами (они у него часто просто не развиты), а перьями, имеющими широкую дутую форму.

Репчатый лук режут крупными кольцами – для шашлыков, для подушки (при запекании), для маринования (в качестве самостоятельной закуски, а также сопровождения, например к сельди); полукольцами – для салатов из свежих овощей. Для пассерования лук режут мелкой крошкой и при готовке доводят не до коричневого цвета, а до легкой золотистой прозрачности.

Весь зеленый лук идет на салаты (или в качестве начинки для пирожков). Термообработке подвергаются только луковицы. В бульон луковицы закладывают целиком (иногда оставляя на ней слой шелухи), также их фаршируют мясом, или сыром, или овощами – и запекают. Серебристый и фиолетовый лук – салатные виды, которые не подходят для термообработки.

• **Чеснок** также относится к луковым растениям. У него съедобны перья и стрелки, но они довольно редко встречаются в продаже. Чеснок считается очень «мясной» приправой, и его

почти никогда не употребляют с рыбой. На самом деле добавление чеснока в рыбные блюда возможно – но в составе чесночно-кефирного соуса, хотя многие используют раздавленный чеснок и при засолке некоторых видов рыбы.

Неошкуренными дольками или даже целыми головками чеснок добавляют в пловы, острые супы (в кавказском стиле, например харчо), овощные рагу. Раздавленную дольку чеснока прогревают в растительном масле перед обжаркой мяса (таким образом ароматизируют масло), чесноком натирают и шпигуют дичь, тушку птицы, бараний или свиной окорок, ветчину, буженину. Перед запеканием мелко нарезанный чеснок обжаривают в горячем масле до светло-коричневого цвета и специфического запаха, а потом приправляют им, например, блюда из риса.

Добавляют чеснок и в салаты, и в другие холодные закуски (в том числе студни). Все овощное консервирование не обходится без чеснока.

• **Черемша** – дикий чеснок. Ее луковицы редко употребляют в пищу, в основном в кулинарии используют широкие листья черемши. Их в свежем виде кладут в салаты, супы, начинки для пирогов. Стрелки черемши маринуют и подают как острую закуску.

Завершая разговор о вкусовых добавках, позволяющих с помощью привычного набора ингредиентов ежедневно готовить самые различные блюда, хотелось бы только предостеречь тех, кто будет экспериментировать с новыми для себя приправами и пряностями. Главное правило – использовать эти добавки надо в минимальном количестве, они ни в коем случае не должны ни заглушать вкус основных компонентов блюда, ни маскировать низкокачественные продукты, а призваны лишь подчеркивать, оттенять, усиливать вкус.

Пряные смеси

Смесей различных трав, зерен, корений существует огромное множество, но мне хотелось бы остановиться на рецептурах самых популярных.

Карри – смесь пряностей, рецепт которой придумали английские колонизаторы, пытавшиеся воссоздать букет, характерный для индийского блюда карри. Доминирующий компонент этой смеси – корень куркумы. Различные

производители используют разный состав, но базовый можно обозначить так:

- сушеный измельченный корень куркумы;
- фенугрек;
- кориандр;
- паприка или черный перец;
- зира.

В карри могут быть также добавлены имбирь, гвоздика, корица, мускатный орех, душистый перец и многое другое.

Букет гарни – прованская смесь душистых трав, обернутых лавровыми листьями и связанная ниткой (или зашитая в полотняный мешочек). Используют для ароматизации бульонов, жаркого, соусов.

Малый (базовый) букет гарни включает петрушку, тимьян и лавровый лист. Но возможны добавления: базилик, розмарин, сельдерей, шалфей и даже коренья (петрушки, сельдерея).

Гарам масала – индийская смесь пряностей. Канонический рецепт ее приготовления отсутствует, потому что разные производители добавляют различные компоненты, но в базовый состав входят:

- черный перец;
- белый перец;
- корица;
- мускатный орех;
- кардамон;
- бадьян;
- кориандр;
- зира.

Может встречаться в виде сухой смеси, а может и пасты (заправкой служат уксус, вода, кокосовое молоко).

Хмели-сунели – кавказская смесь пряностей. Базовый состав включает в себя:

- перец-чили;
- укроп;
- базилик;
- майоран;
- шафран;
- кориандр.

Но есть и расширенные варианты: с добавлением листьев петрушки, сельдерея, кинзы, мяты, тимьяна, с зернами уцхо-сунели и кориандра.

Запеканки

Проще всего начать разговор о разнообразии возможных сочетаний с запеканок, потому что это блюдо представляет собой смесь самых разных продуктов, которые готовятся одновременно и в одной форме. Парадокс состоит в том, что такого блюда, как запеканка, не существует. Это скорее способ приготовления. Запеканки могут быть сладкими или нет, подаваться холодными или горячими, служить завтраком, ужином, закуской, основным блюдом или десертом. Запеканки бывают творожные, овощные, мясные, смешанные. К классу запеканок также относятся лапшевники и крупеники. Запеканками, о которых мы будем говорить ниже, являются такие блюда, как мусаки, лазаньи, гратены, террины, пудинги, паштеты, кассероли и даже омлеты.

Некоторые виды запеканок носят название «пирог»: пастуший, коттеджный или страсбургский.

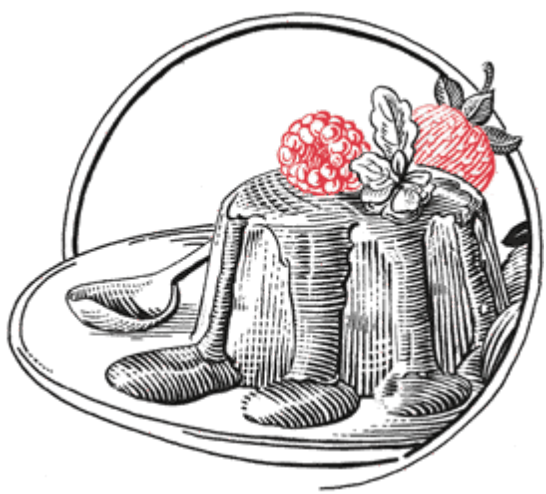
От пирогов класс запеканок отличает отсутствие теста как покровного слоя. Мука может присутствовать в рецептуре, но не является превалирующим (основным) ингредиентом.

Запеканка – это всегда два-три ингредиента как минимум. Также общее у этого класса блюд – измельченность ингредиентов и «слоистость». Как правило (за редкими исключениями типа омлета, лазаньи или кассероли), запеканки подают остывшими (иногда вторично разогретыми), так как при порционировании горячего блюда оно просто разваливается. Ему надо дать остыть, чтобы входящий в состав блюда или соуса крахмал «схватился». А еще запеканки практически никогда не готовят порционно; это Большое Блюдо, может быть, поэтому оно больше распространенно в массовом общепите, чем на домашней кухне. Вместе с тем запеканка может стать центральным блюдом на праздничном столе, так что стоит приглядеться к этой группе блюд поближе. Начнем с пудингов.

Пудинги

Пудинг – тоже понятие широкое, в английской кухне оно довольно часто является синонимом слова «десерт» (What's for pudding, Mum? – «Мама, а что у нас сегодня на пудинг?»). Способ приготовления восходит к тем временам, когда еда готовилась на открытом огне. Первое блюдо варилось в котелке, второе жарилось на вертеле, а третье подвешивалось над котелком в какой-нибудь тряпице, фактически готовилось на пару. Пудингом могли называться и сладкое блюдо из яиц, муки и сахара, и блюдо из творога с добавлением специй и фруктов, но могло и блюдо на мясном бульоне; даже некоторые виды кровяных колбас также носят название пудинга.

Запекать пудинги начали позднее. С запеканием в Англии вообще дело обстояло сложно. Если судить даже по народным сказкам, на всю деревню могла быть одна-единственная печь, пригодная для выпекания хлеба. И эта печь стояла в кузнице. Хозяйки самостоятельно замешивали тесто, а потом относили его кузнецу – для дальнейшего запекания.



Классический пудинг делают из творога. Такое блюдо мы называем **творожной запеканкой**. Как правило, это блюдо десертное, а значит, сладкое. В его состав входят творог, яйца, мука, сахар. Если творог суховат и рассыпается на крупинки, его стоит перед замешиванием протереть или измельчить блендером до однородности, чтобы разрушить казеиновые волокна; для влажного и гомогенизированного эта процедура необязательна. Вместо муки можно использовать манную крупу (как сухую, так и

замоченную в горячей воде или в молоке) или крахмал. Для образования румяной корочки служат яйцо или сметана, которыми смазывают поверхность запеканки, прежде чем отправить ее в духовку. Создание корочки несет в себе не только эстетический смысл: этот покровный слой служит герметизатором, позволяя блюду дольше оставаться свежим и мягким.

Что можно добавлять в творожную запеканку:

- сухофрукты (светлый изюм, курагу, цукаты, реже чернослив или темный изюм), их следует предварительно замочить;
- свежие ягоды или фрукты (малину, клубнику, вишню, сливы, яблоки, бананы), их можно замесить сразу с творогом, а можно выложить отдельным слоем – серединным или верхним;
- сладкие овощи, такие как морковь или тыква, их можно нарезать тонкой соломкой, припустить или спассеровать и смешать с творогом;
- пряности, такие как корица, ваниль, их можно замешивать с творогом, а можно добавлять в сметану для смазывания;
- лимонную цедру.

Творожную запеканку стоит готовить заранее, чтобы она успела остыть. Если вы планируете подавать ее как горячее блюдо, то лучше все же ее остудить, нарезать на порции, а потом уже разогреть. К творожной запеканке подают различные сладкие соусы или сиропы: сметанный, ягодный, шоколадный.

Творог вообще очень многофункциональный компонент, который отлично сочетается с другими продуктами. Он может служить основным ингредиентом, а может добавляться и в другие запеканки: например, некоторые лапшевники и крупеники также делаются с творогом.

Пастуший пирог, он же **картофельная запеканка**, также традиционное английское блюдо. Его готовят из обжаренной рубленой баранины и толченого картофеля (пюре). Рубленое мясо обжаривают с луком и специями, а затем выкладывают на дно формы. Картофель отваривают, протирают с добавлением горячего молока и сливочного масла и выкладывают верхним слоем, поверхность смазывают сметаной или яйцом – в случае картофельных запеканок это обязательное условие. Герметичный

верхний слой не позволит картофельному пюре затвердеть при остывании или вторичном разогреве и в то же время дольше сохранит запеканку теплой. Даже дав вашей запеканке настояться после духовки 15–20 минут, вы обнаружите, что она уже легко режется на части, но еще осталась горячей. Использование другого вида мяса (говядины, свинины, птицы, субпродуктов) превращает пастуший пирог в коттеджный (он же деревенский). Но настоящий пастуший пирог – *shepherd's pie* – это еда пастухов, которые пасли овец, значит, делается он с бараниной.

Что можно добавлять в картофельную запеканку:

- мясо (его можно обжаривать не только с луком, но и с морковью и белыми ароматными кореньями – петрушкой, пастернаком, сельдереем; после того как мясо обжарится, в него можно положить измельченный чеснок);
- пассерованный лук (его добавляют и при замешивании картофельного пюре);
- измельченный обжаренный бекон или шкварки;
- яйцо с картофелем смешивать не надо (картофельный слой станет жестким).

При обжаривании мяса добавляется молотый перец (и этого достаточно), но уже сформированную запеканку перед отправкой в духовку можно украсить веточками тимьяна, розмарина или можжевеловыми ягодами. При диетическом (детском) питании берут отварное, а не обжаренное мясо, в таком случае запеканку хорошо делать трехслойной, уложив мясо между двумя слоями картофеля. Существуют вегетарианские варианты картофельной запеканки, в которую вместо мяса кладут обжаренные грибы, натертый сыр или даже протертую отварную фасоль.

Перед выкладкой мяса дно формы можно присыпать панировочными сухарями, что позволит избежать прикипания пирога к форме и поможет при его порционировании. Подают запеканку со сметанными соусами, а также с соусами на основе коричневого концентрированного бульона, с сухарным соусом и пр.

Крупеники

Как следует из названия, это вид запеканок, в которых присутствуют различные крупы. Самый распространенный вариант – гречневый крупеник. Но такие запеканки делаются и из пшена, и из манной крупы. Рисовый крупеник также известен под названием «рисовый пудинг». Общее у всех них то, что готовятся они из уже подготовленной крупы, то есть фактически из каши.

Рисовые и манные запеканки чаще подают на завтрак или как десерт, каши в таком случае варят на молоке (довольно жидкими), после чего в них кладут яйца и пряности, такие как ваниль, мускатный орех, корица, шафран и пр. В качестве добавок могут использоваться свежие ягоды или сухофрукты, яблоки или бананы. При подаче такие блюда сервируют взбитыми сливками и/или ягодным сиропом, лимонной и апельсиновой цедрой.

Что же касается **несладких крупеников** – гречневого или пшенного (можно использовать и другие крупы), – то их подают к супам (к щам или борщам) вместо хлеба и прочих пампушек или в качестве гарнира к мясным блюдам. Роль связывающего ингредиента, как правило, выполняет творог (соотношение от 1/3 до 1/2), тогда можно обойтись и без яйца, поверхность смазывают сметаной. Особых специй или соусов такие крупеники не требуют.

Лапшевники и лазаньи

• **Лапшевник** – это, попросту говоря, макаронная запеканка. Блюдо сомнительное само по себе, потому что навевает мысль об утилизации остывших макаронных изделий в детском саду или в столовой. Отварные макароны (лапшу, вермишель и пр.) заливают омлетной смесью или смешивают с творогом, сдабривают сахаром и запекают. Ничего особенного. Не стоит и отдельного разговора. Однако нельзя не сказать пару слов об итальянской лазанье, которая по сути тоже вариант макаронной запеканки.

• **Лазанья** – это листы пресного теста, которые прослаивают различными начинками (мясом, овощами, грибами и пр.), и запекают под различными соусами. Секрет хорошей лазаньи в том, что все ингредиенты должны быть уже подготовлены. Если лазанья собирается из сухих листов теста, то их следует слегка отварить (до полуготовности); раскатанные непосредственно перед приготовлением отваривать не надо. Мясной фарш должен быть обжарен, а овощи припущены или спассерованы. Число слоев в лазанье не регламентировано, как минимум пластинок теста должно быть три-четыре, а лучше пять. Тесто выкладывается в форму первым слоем и последним. Возможны различные соусы в одном и том же блюде, например прослаивают начинку соусом болоньезе, а сверху заливают лазанью соусом бешамель. Варианты овощей для лазаньи довольно разнообразны: томаты, морковь, цукини, баклажаны, паприка. Только не картофель! В качестве натурального красителя подойдет шпинат, если растереть его в пюре и украсить им верхний слой лазаньи; также для украшения и аромата используют соус песто. Из пряностей для лазаньи пригодятся мускатный орех, молотая паприка, из ароматных трав – базилик, орегано, тимьян.

Лазанью (как и другие запеканки) готовят в форме с высокими бортами. Сформированную лазанью заливают соусом и присыпают тертым сыром.

Помимо лазаний с мясной, овощной, грибной начинками, можно сделать сладкую десертную лазанью со сливочным сыром или с рикоттой.

Овощные запеканки

Овощные запеканки могут быть из какого-то одного продукта (капусты, моркови, тыквы, кабачков, цукини, спаржевой фасоли) с добавлением яйца, сметаны, манки, крахмала, творога либо соуса или из смеси овощей. Тут стоит помнить, что обычная белокочанная капуста не очень хорошо сочетается с картофелем в одном блюде (точнее, картофельный крахмал плохо реагирует на кислую среду), поэтому лучше такого сочетания избегать. Придерживайтесь принципа: с капустой вкуснее всего капуста. И если вам хочется сделать капустную запеканку-ассорти, то можно сделать ее из разных видов капусты: белокочанной капусты, брокколи, цветной капусты, брюссельской. При этом брокколи и цветная капуста с картофелем сочетаются уже отлично. Довольно редко в сборных овощных запеканках присутствует такой продукт, как свекла, – по той причине, что свекольный сок окрасит все блюдо, как бы вы ни пытались разъединить слои. Тогда уж лучше сделать отдельную свекольную запеканку (например, с творогом или манной крупой). Томаты, свежая паприка, лук, наоборот, не очень годятся для «сольной партии», но охотно «аккомпанируют» любым другим овощам.

Овощи для запеканок должны быть предварительно нарезаны (тонкой соломкой или кружочками), бланшированы, припущены или спассерованы, – в общем, тем или иным способом доведены до полуготовности. В случае смеси с творогом овощи лучше измельчить, но для овощных или мясо-овощных запеканок их можно нарезать довольно крупно.

Из мясо-овощных запеканок самая известная – греческая **мусака**. Основные ингредиенты мусаки – мясо (преимущественно баранина), баклажаны и томаты. Опционально могут быть добавлены сладкая паприка, цукини, картофель или капуста. Мясо следует измельчить и обжарить с луком, помидоры бланшировать и снять с них кожицу, баклажаны нарезать кружочками или тонкими пластами наискосок, бланшировать или припечь на сухой сковородке, можно просто присолить и положить под гнет.

Обязательный участник мусаки – это соус бешамель с добавлением мускатного ореха. Мускатный орех – главная пряность мусаки, также можно положить орегано, свежий или сушеный базилик.

Дно и борта формы нужно смазать оливковым маслом. Первым слоем выкладывают подготовленные баклажаны, внахлест, в несколько рядов. Затем этот слой заливают соусом, сверху выкладывают подготовленное мясо и также заливают соусом. Третьим слоем – помидоры, соус и тертый сыр. Если в мусаку идет картофель, то его или отваривают до полуготовности и нарезают кружочками, или нарезают сырым, а потом бланшируют. Картофель укладывают в один слой с баклажанами. Цукини или кабачки также образуют один слой с баклажанами, а вот капуста (мелкой соломкой, припущенная в собственном соку) или паприка уже покрывают блюдо вместе с помидорами. Перед закладкой продуктов форму можно не только смазать маслом, но и натереть зубчиком чеснока. Подается мусака как в горячем, так и в холодном видах, дополнительного соуса при этом не требуется.

Говоря о **гратенах**, стоит понимать, что их название произошло от французского слова *gratin* (корочка). То есть предполагается доведение блюда в духовке до такого состояния, когда у него появляется румяная корочка. Гратинировать можно мясо, рыбу, морепродукты, грибы, овощи. В принципе та же запеканка, только с одним нюансом: сначала блюдо готовят на плите, а в духовку перемещают в самом финале – для образования корочки. Так стоит поступать в случае мяса, но овощные гратены можно сразу готовить в духовом шкафу.

Например, картофельный гратен. Картофель надо очистить и нарезать тонкими пластами, уложить слоями в форму, залить сливками (как вариант, молоком, сметаной) так, чтобы жидкость полностью покрывала картофель. Дополнительного крахмала, муки, яиц или других загустителей соус не требует – в самом картофеле крахмала достаточно. Верхний слой присыпают сыром.

Запекают до образования корочки и перед подачей дают немного остыть, чтобы соус как следует загустел. Из специй к гратену добавляют соль, из пряностей – белый перец, мускатный орех, опционально смесь прованских трав.

По такому же принципу в качестве гарнира можно готовить гратены и из других овощей, но тогда соус должен быть погуще. Оптимальный вариант – бешамель.

Мясные запеканки

Мясные запеканки довольно редко состоят исключительно из мяса, все же они также требуют добавления овощей, сливочного масла, бульона или соуса.

• **Паштет** – самый простой вариант мясной запеканки. Да, можно просто запечь или обжарить ингредиенты к нему, измельчить, сдобрить маслом и приправами, добавить вино или бренди. Но лучшие паштеты получаются при вторичном запекании, когда измельченная масса с добавлением пассерованных белых кореньев (лука, пастернака, петрушки), сдобренная сливочным маслом и коньяком, укладывается в форму и запекается еще раз до легкой корочки. Как вариант, второй раз можно запекать паштет, завернув его в фольгу или даже в лист тонкого лаваша. Паштет останется сочным внутри, но благодаря вторичной термообработке сможет дольше храниться. В паштеты, помимо корений, можно добавлять ароматные травы (эстрагон, зеленый базилик, тимьян), измельченные грибы или орехи и даже сухофрукты.

Самые известные в мире паштеты – это страсбургский пирог, фуа-гра с трюфелями, вторично запеченная в тонком тесте.

• **Террин** – это холодное блюдо, сочетающее все прелести паштета и заливного. Его готовят из мяса, птицы, рыбы или субпродуктов с добавлением овощей и корений. В отличие от паштетов, террин не предполагает кремовую, однородную текстуру, часть ингредиентов измельчают при помощи мясорубки, а часть можно нарезать тонкими пластами (рассчитав так, чтобы разные продукты были готовы одновременно). Террины запекают в керамических или стеклянных формах (французское *terrine* означает «горшочек») обязательно под крышкой. Вместо сливок или соусов на мучной основе используют аспик (концентрированный костный говяжий бульон с отличными желирующими свойствами). Готовый остывший террин должна покрывать плотная желейная оболочка, предотвращающая его от высыхания; иногда вместо аспика поверхность террина украшают ломтиками сыровяленого бекона, который выполняет ту же функцию.

В состав террина могут входить измельченные коренья (морковь, лук, корень петрушки), орехи (чаще всего фисташки), оливки или каперсы, ломтики грибов или овощей.

Хлебные запеканки

Эти запеканки имеют больше всего общего с самыми обычными пирогами. Разница в том, что в качестве теста используются ломтики сухого (черствого) хлеба. Хлеб служит оболочкой, а вот начинка может быть совершенно любая: мясная, рыбная, творожная, сырная, грибная, овощная или смешанная. Ингредиенты начинки должны быть предварительно подготовлены (кроме тех случаев, если они готовятся быстро, как томаты, яблоки или творог).

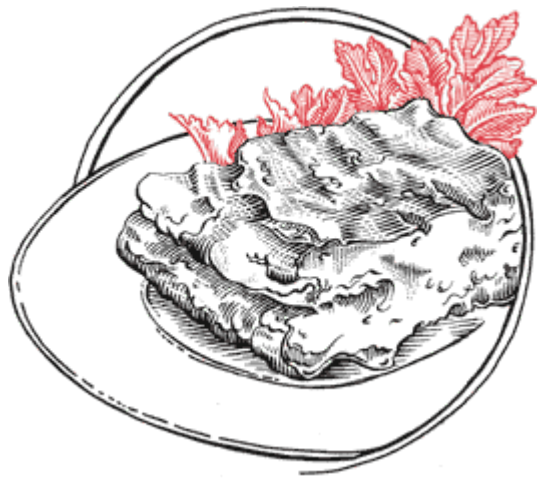
Самый простой вариант хлебной запеканки – **яблочная бабка**. Сухие ломтики пшеничного хлеба обмакивают в яично-молочную смесь с сахаром. Ими выкладывают дно и стенки формы (довольно плотно друг к другу). Потом на хлеб кладут яблоки, нарезанные мелкими ломтиками и пересыпанные сахаром, с добавлением корицы, орехов или изюма; крышка опять сооружается из пшеничных ломтиков. Сверху все заливают остатками яично-молочной смеси и запекают до образования золотистой корочки. Такой запеканке надо дать как следует остыть, прежде чем ее разрезать.

По схожему принципу можно делать и несладкие бабки: томаты с тертым сыром, мясной фарш с пассерованными луком и морковью, ломтики сырой рыбы, грибы и т. д. Хлеб можно брать не только пшеничный, но и ржаной, и в случае несладких начинок в яично-молочную смесь не стоит добавлять сахар, а только соль. К несладким бабкам также можно добавлять различные сухие травы и ароматные зерна – тмин, кориандр, льняные или кунжутные семечки.

Помимо пудингов, распространен еще такой вариант запеканки, как **кассероль**. Название этому блюду дала посуда, *casserole*, – огнеупорная толстостенная кастрюля, пригодная для запекания в печи. Вариантов кассероли существует бесчисленное множество, как и пудингов. Кассероль из черствого хлеба отличается от бабок тем, что ломтиками хлеба не только покрывают запеканку, но и прослаивают остальные ингредиенты. Слой хлеба, слой рыбы, слой хлеба, слой шпината и т. д. В качестве соуса также используют яично-молочную смесь.

Яичные запеканки

Яичные запеканки нам привычнее называть «омлет с наполнителем», но стоит иметь в виду, что, в отличие от омлета, который можно сделать на плите, яичные запеканки обязательно готовятся в духовке в форме с высокими бортами и при достаточно высокой температуре, чтобы образовалась уверенная корочка.



Омлетная смесь довольно нейтральна по вкусу, поэтому ее хорошо использовать в качестве соуса для множества ингредиентов. Исключение составляет разве что сырое мясо, но не потому, что оно не сочетается с яйцами, а потому что готовится гораздо дольше. Конечно, бывают омлеты и с мясными продуктами, но, как правило, с уже обработанными: с сосисками, ветчиной, копченым беконом и т. д. А вот омлеты со свежей рыбой готовятся легко и просто.

Секрет хорошего упругого омлета, не теряющего формы, очень прост: на одно яйцо требуется всего лишь 10 мл молока, при этом не стоит добавлять в омлет муку, крахмал, соду или еще какие-то загустители и разрыхлители. Яйцо, молоко, соль – этого довольно. Также не стоит омлет взбивать до бисквитной пены, достаточно просто тщательно размешать.

Дно формы можно присыпать сухарными крошками или ароматными семечками – льняными или кунжутными. Вместо молока иногда берут сливки или сметану, а иногда и некрепкий мясной бульон (включая куриный). Бывают сладкие омлеты с добавлением сахара, ягод и фруктов.

Можно приготовить несколько разноцветных омлетов (один с томатами или сладкой паприкой, другой со шпинатом, третий с сыром, проследив, чтобы верхняя часть не запекалась до жесткой корочки, а оставалась жидковатой; такие омлеты надо еще горячими сложить стопкой, чередуя цвета (количество слоев – пять-шесть), и дать остыть, а при подаче нарезать порционно.

Обобщая сказанное, еще раз отмечу общие правила приготовления запеканок:

• заранее обработать ингредиенты – отварить, обжарить, спассеровать или бланшировать;

• измельчить компоненты таким образом, чтобы все они были готовы в одно и то же время;

• печь в форме с высокими бортами при температуре 180–200 градусов порядка 20 минут.

Что можно еще добавлять в омлет:

• зеленый горошек (его укладывают нижним слоем и заливают омлетной смесью);

• обжаренные или маринованные грибы;

• свежие овощи, которые готовятся быстро: томаты, паприку, цукини;

• отварные овощи: картофель, цветную капусту;

• пассерованные коренья: лук, морковь (в рецепт омлета по-прованси обязательно входит чеснок);

• свежую зелень: укроп, петрушку, сельдерей, тимьян, зеленый базилик (ее посыпают на омлет);

• тертый сыр (посыпают сверху), сыр ломтиками (вмешивают в омлетную смесь).

Салаты

Еще одна группа блюд, которые по умолчанию состоят из нескольких ингредиентов и предполагают самые различные сочетания продуктов, – салаты. Моносалатов практически не существует, как не бывает и монозапеканок. А еще салат – это именно та еда, которую можно полностью преобразить при помощи специй и приправ. Один и тот же набор компонентов, но под разными соусами – вот и придуман новый салат. Как говорится, любая женщина из ничего может сотворить шляпку, салат и скандал. Одно из самых «фантазийных» блюд, но и здесь существуют свои правила и исключения.

Салат подается в качестве холодной закуски или дополнительного гарнира к горячему блюду.

Помимо сочетаемости продуктов по вкусу, есть еще одно очень важное «салатное правило» – это однородность нарезки. Совершенно необязательно, чтобы нарезка была мелкая. Для одних салатов, типа греческого, ингредиенты режут довольно крупным кубиком, для других (прежде всего из вареных овощей) – мелким, а есть и такие, в которых делают тонкую длинную соломку (этот способ нарезки называют жюльеном).

В салатах могут сочетаться самые разнообразные продукты (по происхождению – животные или растительные, по принципу предварительной обработки – сырые, запеченные, отварные, маринованные):

- только свежие овощи;
- только отварные овощи;
- свежие, отварные, маринованные овощи;
- овощи и мясо/птица;
- овощи и рыба/морепродукты;
- овощи и отварные крупы (возможны с добавлением мяса/рыбы/птицы).

Помимо овощей, мяса, рыбы, круп, в салатах используют ягоды, орехи, грибы, сыр, яйца, различные семечки и, конечно, пряную свежую зелень, лук, чеснок, оливки, каперсы и т. д.

Есть салаты, в которых мясо может сочетаться даже с рыбой, например в весьма известном в финно-угорской кухне салате рассолье (эстонского происхождения). По составу ингредиентов он более всего напоминает обыкновенный русский винегрет: отварной картофель, отварная свекла, соленые огурцы, свежие яблоки. Также в рассолье добавляют сельдь слабой соли (тут, кажется, ничего удивительного, селедка довольно часто подается

с винегретом), а еще отварное мясо (свинину или говядину). Заправляют не маслом и не майонезом, а смесью сметаны, хрена и горчицы. Своеобразный салат, созданный по принципу «все лучшее сразу».

Сочетание мяса и рыбы в одном блюде свойственно именно финно-угорской кухне, яркий пример – рыбная уха, сваренная на курином бульоне. Но рецептов таких блюд сохранилось очень мало из-за христианского влияния на культуру финно-угров. По причине многочисленных религиозных пищевых ограничений за рыбой прочно закрепилось место в «постном» меню, и как-то странно было бы добавлять рыбу в мясное блюдо или наоборот

Правила составления салатов

Первый вопрос – количество ингредиентов. Конечно, существуют и салаты-минимум – один ингредиент и заправка. Речь идет о свежих салатных листьях с соусом винегрет (растительное масло плюс уксус плюс соль, сахар, перец). Но даже в этом случае желательно использовать листья салата разных сортов, потому что мы говорим о блюде, которое, как и коктейль, все же подразумевает некую смесь вкусовых ощущений.

Минимальное число ингредиентов – два, а максимальное – сколько угодно, но тут тоже лучше знать меру, чтобы получить некое гармоничное сочетание, а не какофонию вкусов. Идеальный вариант – четыре-пять ингредиентов и заправка. Один ингредиент должен быть достаточно ярким по вкусу (соленым, острым или кислым), потому что основная гастрономическая задача холодных закусок – это возбуждение аппетита и запуск процесса пищеварения.

Остальные ингредиенты служат «аккомпанементом», не доминируя над основным. Если ингредиенты нейтральны по вкусу (например, отварные овощи), то основную ноту дает заправка (соус) и такие ароматические добавки, как пряная зелень, чеснок, сыр. Само понятие «салат» происходит от итальянского слова *salato*, что означает «соленый».

Не стоит забывать и о цветовых сочетаниях ингредиентов, салат не должен выглядеть бесцветной массой. Иногда цветовым акцентом могут стать красные ягоды: свежая или моченая брусника, клюква или зерна граната, а также зелень (укроп, петрушка, зеленый лук, кинза и пр.). Украшают салаты при подаче и вареными яйцами (как вариант, перепелиными), дольками свежих или соленых огурцов, сырной стружкой и т. д. Звездочки и цветочки из вареной моркови мы в расчет не берем.

Важно помнить, что многие продукты имеют очень яркий устойчивый цвет, которым щедро делятся с другими, окрашивая их. Так, добавляя во фруктовый салат свежую или замороженную вишню или черный виноград, не надо их мельчить, потому что нарезанные темные ягоды просто окрасят все блюдо в нежно-сиреневый цвет (не самый удачный вариант для возбуждения аппетита). Ягоды стоит оставлять целыми (вынув косточки) и лучше использовать их как украшение при подаче, чем смешивать с остальными ингредиентами.

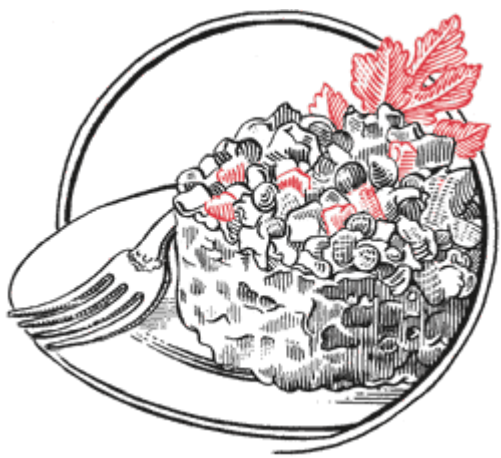
Свекольные салаты (винегреты и пр.) довольно часто приобретают ровный свекольный оттенок, и другие ингредиенты становятся неразличимы. Есть простой способ этого избежать:

свеклу следует нарезать в первую очередь, заправить растительным маслом и только потом вводить следующие компоненты. Тонкая жировая пленка укрощает красящие свойства свеклы, и салат получается разноцветным (картофель может стать слегка розовым, но все же не свекольным). Растительным же маслом советую смазать руки перед очисткой и нарезкой свеклы – это поможет уберечь кожу от свекольного сока.

Салаты из отварных овощей

При разговоре о такой разновидности салатов решительно невозможно обойти вниманием самый популярный на постсоветском пространстве салат **оливье** (в европейском меню он вместе с винегретом конкурирует за название «Русский салат»). Можно вспомнить легенду про французского ресторатора Оливье, творившего в дореволюционной Москве, но стоит заметить, что никакого салата господин Оливье не подавал. У него был майонез из дичи, в котором, кстати, отварное и запеченное мясо (язык, куропатки и рябчики) сочеталось с морепродуктами (икрой и раками) и черным трюфелем, оформлялось все это прозрачным желированным бульоном (аспиком) и майонезом, отварной же картофель служил скорее дополнительным гарниром.

В современном варианте картофель чуть ли не основной ингредиент оливье, что в принципе относит это блюдо сразу к группе картофельных салатов, популярных в Северной Европе.



Отварной картофель действительно идеальный ингредиент для салата, он нейтрален по вкусу и удачно «аккомпанирует» другим более ярким ингредиентам, причем использовать его можно практически в любых сочетаниях.

Базовый **картофельный салат** – это отварной картофель, соленые огурцы и майонез. Опционально репчатый лук. На этой базе можно приготовить картофельный салат с грибами, добавив в него жареные или маринованные грибы, картофельный салат с мясом – отварным или запеченным, картофельный салат с рыбой – отварной, консервированной, копченой или

малосольной, а также картофельный салат с курицей (салат «Столичный» согласно терминологии современного общепита).

Как правило, все варианты картофельного салата заправляют майонезом.

Раскладка ингредиентов очень простая – все продукты берут в пропорции 1:1:1:1. Так, например, на килограмм картофельного салата с мясом (он же практически салат оливье) требуются:

• картофель отварной – 250 г;
• мясо отварное или запеченное – 250 г;
• огурцы соленые – 250 г;
• майонез – 250 г.

Закономерный вопрос: а где же вареные яйца или зеленый горошек? А лук? А вареная морковка? Тут все очень просто: добавляя какой-то белковый компонент, мы сокращаем количество основного белка, также поступают с углеводами. То есть, если мы добавляем в такой салат вареные яйца, то берем меньше мяса, добавляем горошек – берем меньше картофеля, добавляя свежие огурцы, репчатый лук, каперсы или оливки – сокращаем количество соленых огурцов. И только процент майонеза остается неизменным.

Что же касается моркови в оливье, то, честно говоря, она там избыточна. Во-первых, она дает сладкий вкус, что не очень-то сочетается с вареным мясом и кислотой майонеза. Во-вторых, на домашнюю кухню морковь в салат пришла все-таки из общепита, где она заменяла креветки, украшавшие такой салат. Морковь является скорее ярким цветовым акцентом для такого салата, чем удачной вкусовой нотой.

Свекольный салат – второй по популярности салат из вареных овощей после картофельного. Это вариант блюда, известного у нас как **винегрет**. По поводу происхождения французского названия тоже есть своя легенда. Придворный повар-француз, увидев заправку, которую готовили для свекольного салата, опознал знакомые ингредиенты и их сочетание и воскликнул: «О! Винегрет!» (*vinaigrette* – от французского *vinaigre* – «уксус»). Русские коллеги решили, что это и есть название салата на иностранный манер, так и прижилось. Базовая заправка винегрет представляет собой смесь уксуса и растительного масла (как правило, оливкового), можно добавлять горчицу, зелень петрушки, кинзы или эстрагона, соль, сахар, молотый черный перец, сырой или вареный яичный желток, соевый соус и т. д. Только не все сразу, разумеется. Вместо уксуса может быть использован сок лимона или лайма.

Рецептов винегрета множество – не меньше, чем у картофельного салата. Базовый набор овощей – отварные свекла,

картофель, морковь. В качестве кислого ингредиента добавляют соленые огурцы или квашеную капусту (а может, и то и другое) либо маринованные (возможны и соленые) грибы. А также отварную фасоль или зеленый горошек, репчатый лук, каперсы и т. д. Как уже говорилось выше, иногда винегрет подается вместе с сельдью слабой соли, но в сам салат не добавляют ни рыбу, ни мясо.

Как для картофельных салатов, так и для винегретов все ингредиенты режут мелким кубиком (сторона грани 0,5–0,7 см). Чтобы не стоять на кухне с миллиметровой линейкой, можно воспользоваться простым ориентиром: кубики не должны быть крупнее зеленого горошка. Или можно купить специальные режущие решетки-винегретницы. Для ровной нарезки вареные овощи должны быть хорошо охлаждены, в идеале отваривать их лучше накануне и охлаждать в холодильнике.

Стоит помнить, что в салатах ни в коем случае не должно быть никаких «несъедобных ингредиентов» типа мелких косточек от рыбы, косточек от оливок и т. д.

Что касается добавления в салаты свежего репчатого лука, тут надо быть осторожными: лук значительно сокращает срок хранения салата, и если вам предстоит большой семейный вечер, плавно перетекающий в празднично-похмельное утро с традиционным доеданием вчерашних салатов, то лук следует сначала бланшировать (ошпарить уже нарезанным) или замариновать (в уксусе или лимонном соке). Режут лук даже не кубиком, а мелкой крошкой.

Из отварной тертой свеклы также делают различные салаты с майонезной заправкой – с добавлением чеснока и/или сыра, творога, чернослива, грецких орехов, вареных яиц и т. д.

Из отварных овощей готовят и слоеные салаты, самые известные – **мимоза** и **сельдь под шубой**. Состав у них похожий, с той лишь разницей, что для мимозы не используется свекла (поверхность украшают тертым вареным желтком и зеленым луком), а в качестве рыбной основы чаще всего берут консервы (иногда и обжаренное охлажденное филе). Принцип приготовления: на большое блюдо слоями, не смешивая, укладывают ингредиенты – рыба (сельдь или консервы) служит первым слоем, – каждый слой смазывают майонезом.

Салаты из отварных овощей еще называют зимними, потому что обычно их готовят в сезон, когда свежие овощи в дефиците. Помимо картофеля, основным наполнителем может также служить отварная крупа. Чаще всего это рис, но возможны варианты с киноа, кускусом и даже гречкой. В крупяные салаты редко кладут мясо, чаще – консервированную рыбу или

морепродукты (креветки, кальмары, крабовое мясо).

Салаты из свежих овощей

Салаты из свежих овощей, как правило, делают без мясной составляющей, но с яйцами, рыбой, морепродуктами, с добавлением сыра и/или орехов.

Редкий салат имеет четкую хрестоматийную рецептуру. Каждая хозяйка кладет в него какое-нибудь «тертое яблочко» или другой секретный ингредиент. Однако существуют салаты с мировым именем, со своей историей, географией, а иногда и четким авторством. Никто, конечно, не мешает разнообразить гамму этих салатов по собственному вкусу, но, чтобы экспериментировать, хорошо бы знать каноническую основу.

Итак, топ-5 знаменитых салатов.

• **Вальдорф**: проще не бывает. Черешковый или корневой сельдерей и зеленое яблоко режут тонкой соломкой (жюльен), к ним добавляют толченые грецкие орехи (предварительно обжаренные на сухой сковородке или подсушенные в духовке). Все это заправляют майонезом (в классическом варианте – соусом цитранель, то есть майонезом, в котором используется не уксус, а лимонный сок) или же смесью сливок, лимонного сока и сухой жгучей паприки, а вместо грецких орехов кладут фундук. В салат иногда добавляют свежий виноград или изюм, в некоторых заведениях – даже нарезанную тонкими ломтиками нежирную ветчину (что совершенно излишне).

Вальдорфский салат известен с XIX века, когда он служил визитной карточкой отеля *Waldorf Astoria* в Нью-Йорке, чем и объясняется его название.

• **Нисуаз**, родом из Ниццы, представляет собой смесь свежих овощей и маринованных анчоусов. Иногда добавляют также консервированный тунец, что допустимо, но вот картофель, рис или фасоль – уже избыточно для этого легкого, яркого и свежего салата. Овощные составляющие – листовой салат, помидоры, сладкая паприка, лук (порей или репчатый лук сладких сортов), оливки. Ингредиенты режут довольно крупно, салат рвут на крупные куски, помидоры и паприку кладут крупными дольками, лук – кольцами. Главный секрет этого салата (помимо яркого специфического вкуса анчоусов) – заправка: смесь оливкового нерафинированного масла, бальзамического уксуса и измельченных листьев зеленого базилика. При подаче салат украшается четвертинками вареных яиц, но это опционально.

• **Греческий салат** – классика любой летней кухни. Помидоры, свежую паприку, огурцы, сладкий лук и сыр фета нарезают довольно крупно (дольками, ломтиками или крупным

кубиком), к ним добавляют салатные листья и оливки. Заправляют все той же смесью винегрет: масло плюс уксус (или лимонный сок), соль, перец. Стоит учитывать, что для греческого салата подходит только оливковое нерафинированное масло. А вот уксус необязательно должен быть бальзамическим, возможен и простой винный. Но не забудьте добавить в соус орегано.

• **Цезарь** – салат с историей и с огромным количеством вариантов, не меньшим, чем у картофельного салата. Очень многие кулинарные шедевры появляются на свет благодаря каким-то ограничениям. Так, салат цезарь обязан своим существованием сухому закону в США.

Двадцатые годы прошлого века, американцы едут на добычу алкоголя в Мексику. Голливудский бомонд устраивает опустошительные рейды по барам и ресторанам. И посреди ночи большая компания в поисках горячительного попадает в ресторан, владельца которого зовут Цезарь Кардини, и требует продолжение банкета. Алкоголя у Цезаря в избытке, а вот еда уже закончилась, но кинозвезды хотят не только выпить, но и культурно закусить. Салат собирался, как колобок: по сусекам поскребли, по амбару помели. В изначальный состав салата входят только три ингредиента – салат романо, гренки и пармезан (нарезанный лепестками или натертый тонкой стружкой). Заправкой служит яйцо, варившееся минуту и взбитое с оливковым маслом, лимонным соком и вустерширским соусом. Немаловажный момент: блюдо для подачи такого салата натирается чесноком. Собственно все, и названия у такого салата никакого не было, и повторять его никто не собирался, но он имел такой оглушительный успех, что нарушители сухого закона, приезжая в Тихуану, стали требовать «салат от Цезаря».

Одной из первых вариаций на тему классического рецепта стал цезарь с анчоусами. Всех несколько сбил с толку вустерширский соус, в состав которого входит эта пряная рыбка, и подражатели великого Цезаря Кардини начали добавлять в салат анчоусы. Дальше – больше: в цезарь пошли вареное, запеченное или даже копченое куриное филе, сыровяленый бекон, креветки, лосось слабой соли, телячий язык, вареные яйца, жареные грибы и т. д. и т. п.

• **Капрезе** состоит всего лишь из трех ингредиентов – помидоров, моцареллы и зеленого базилика. Идеальное сочетание не только по вкусовым качествам, но и по цветовой гамме. Очень итальянский салат – из цветов государственного флага. Моцареллу и помидоры нарезают кружочками и перекладывают листьями базилика.

Фруктовые салаты

Фрукты и ягоды зачастую присутствуют и в обычных овощных салатах (например, в салат из авокадо и креветок кладут грейпфрут, в салат с копченой курицей – консервированный ананас; бруснику и клюкву добавляют в самый обычный салат из свежей или квашеной капусты; яблоко вообще рекордсмен по части использования в овощных салатах). Но есть и сладкие фруктовые салаты. Они редко подаются в качестве холодной закуски, их место в меню – на странице десертов. Сочетания возможны буквально любые: местные сезонные ягоды (клубника, земляника, малина, вишня) сочетаются с экзотическими фруктами (бананами, ананасами, манго). Кроме свежих фруктов употребляются консервированные в сладком сиропе.

Самый популярный вариант заправки десертных салатов – это взбитые сливки, но возможны и другие соусы, подчеркивающие сладкий вкус: йогурт, фруктовый или шоколадный сироп, мороженое, мед, ягодное или алкогольное желе (в частности, на основе портвейна). Фрукты для такого десерта нарезают довольно крупно (ориентируясь на размер ягод, которые идут в салат целиком, – вишни, черешни или винограда). При подаче такие салаты также украшают свежей зеленью – мятой, мелиссой, эстрагоном. Можно взять сладкий сыр или зернистый творог, льняные или кунжутные семечки, орехи.

Теплые салаты

Отдельная группа салатов, которые относятся скорее к горячим закускам, чем к холодным. В таких салатах смешаны горячие и холодные продукты. Самое распространенное сочетание – телячья или куриная печенка со свежим шпинатом, листовым салатом или рукколой. Возможны такие ингредиенты, как морепродукты (обжаренные креветки, мидии), обжаренный бекон, утиная грудка, жареные грибы. В Италии такие салаты делают на основе горячей пасты, к которой добавляют свежие овощи (помидоры, паприку, зелень). Есть и вегетарианские варианты – чаще всего из запеченных овощей (баклажанов, паприки в сочетании со свежей зеленью). Теплые салаты готовят и с бобовыми, интересный вариант – со спаржевой (стручковой) отварной фасолью в сочетании со свежей мятой; заправка в данном случае – просто растопленное сливочное масло.

Подобные блюда не заправляют майонезом, который служит соусом исключительно для холодных блюд. Можно взять лимонный сок, растительное масло, соевый соус, томатный сок, бальзамический уксус, хересный уксус, а также ароматизированный (настоянный на чесноке, сельдерее или других ароматных кореньях). Довольно часто к теплым салатам подают прогретые соусы, например, на основе сметаны или сока, выделившегося из мяса во время жарки (с добавлением красного или белого вина).

Салатные заправки

Майонез годится для салатов из отварных овощей, салатов на основе различных круп, салатов с морепродуктами, рыбных салатов, салатов на основе вареных яиц, сыра или творога.

Соус **винегрет** используют для салатов из любых свежих овощей, для салатов из отварных овощей (без мяса), для салатов с морепродуктами и для теплых салатов.

Сметана подходит для салатов как из свежих, так и из отварных овощей, в последнем случае к ней добавляют какую-нибудь яркую приправу типа хрена, горчицы, аджики или хотя бы лимонный сок или чеснок.

Сливки хороши для фруктовых салатов, но соусы на основе сливок (прогретые или нет) можно использовать и как сметанные.

Йогурт и кефир годятся для салатов из свежих овощей или фруктов, не подходят к картофельным, крупяным, мясным салатам.

Яичный соус (на основе жидкого яйца, варившегося в течение минуты) употребляют в салатах из свежих овощей, салатах с морепродуктами и рыбой.

Практически любую салатную заправку, будь то растительное масло, сметана или майонез, можно подогнать под собственный вкус, используя добавки с ярким вкусом – например, каперсы, оливки, соленые огурцы (или огуречный рассол), орехи, чеснок, сыр, кислые ягоды, пряные травы. Главное – помнить, что заправка (соус) должна помогать раскрываться вкусу основных ингредиентов, а не забивать его.

Закусочный стол *(фуршет)*

Закусочный стол – отличный пример того, как можно подавать холодные и горячие закуски во всем их разнообразии и всевозможных сочетаниях. Салаты, бутерброды, пирожки, рулетики, тартинки, шашлычки и десерты – какие возможны варианты, каков должен быть расчет закусок и какие существуют правила «фуршетной подачи».

Фуршет – прекрасный вариант организации застолья, так как в таком формате возможно принимать гораздо больше гостей, чем на званом обеде. Он помогает сэкономить мебель, столовое белье, посуду и само пространство и в большей степени, чем застолье, располагает к общению: можно не ограничиваться разговором с непосредственным соседом. Фуршет не означает отсутствия развлечений – игр, конкурсов, танцев. Это отличный способ устроить не только домашний, но и офисный праздник.

Есть несколько несложных правил организации закусочного стола а-ля фуршет. Фуршетные закуски легко можно цеплять на вилку – *fourchette* в переводе с французского означает «вилка» – или брать рукой. Они не требуют приборов, а иногда и посуды, поэтому надо следить как за тем, чтобы блюда не были жидкими или содержали много соуса, так и за тем, чтобы порции были маленькими. Закуски должны быть разнообразными, яркими, но в первую очередь удобными для такого формата. Сервировать их стоит равномерно по всей площади стола. Если вы все же хотите использовать тарелки при подаче, выбирайте посуду со специальным креплением для бокала – и тогда у гостя одна рука всегда будет свободной. Не надо забывать о большом количестве салфеток.

Итак, главное правило фуршета: порции – маленькие, но ассортимент – большой.

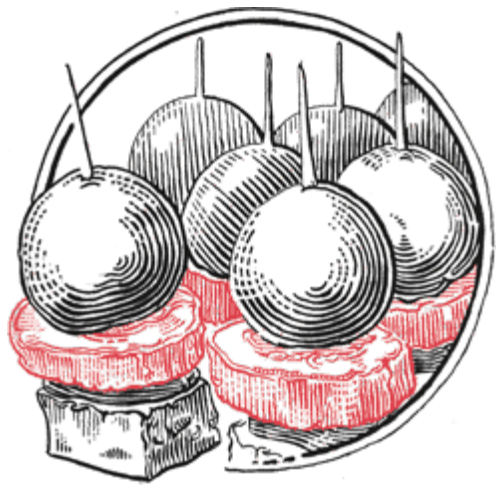
В качестве самой популярной фуршетной закуски выступают обычный бутерброд, а также его многочисленные варианты.

Бутерброд согласно своему буквальному значению хлеб с маслом (от немецкого *Butterbrot)*. По легенде намазывать хлеб маслом придумал и велел подчиненным Николай Коперник в XVI веке, будучи комендантом осажденной крепости. Причем сделал он это не ради создания гастрономического изыска, а из соображений гигиены, потому что на масле заметнее грязь, если хлеб падает и потом его поднимают.

Но это все лирическое отступление из серии исторических

анекдотов, а мы вернемся к правилам составления бутербродов. Бутерброды бывают открытые, закрытые, многослойные. Простой бутерброд – это хлеб плюс масло плюс один наполнитель. Для фуршета такой вариант довольно скучноват. Но бутербродные торты или бутербродные башни тем более не подходят.

Идеальный фуршетный вариант – миниатюрные бутерброды, **канапе**. Канапе не должны быть слишком громоздкими и многослойными, ведь подаются они без приборов: двух-трех ингредиентов уже достаточно.



Основой для канапе служит поджаренный или подсушенный ломтик хлеба различной формы (круг, квадрат, треугольник), но не более 5 сантиметров длиной/диаметром. Подсушивать хлеб – обязательно, чтобы он держал форму и не размокал от сока других ингредиентов. Не стоит использовать слишком мягкий пористый хлеб, скрепляющая шпажка просто не будет на нем держаться.

Гренок для канапе можно смазать сливочным маслом или плавленым сыром. Также делают зеленое масло, для мясных канапе масло ароматизируют горчицей. Масло не используется в случае особо жирных продуктов.

Канапе должны выглядеть достаточно нарядно, и, как правило, для верхнего слоя берут яркие ингредиенты или бутерброды украшают зеленью, оливками, половинками перепелиных яиц.

Для канапе используют:

• различные сыры – как пресные (адыгейский, моцарелла и пр.), так и острые. Не стоит брать сыр, который легко крошится (например, сыры с голубой плесенью), его лучше оставить для других закусок;

• мясные продукты: ростбиф, ветчину, шпик, корейку, копченую грудинку, колбасу, отварной язык, копченое куриное филе и т. д.

При выборе ингредиентов надо избегать слишком жестких продуктов (например, суджук не подходит для бутербродов) или крошащихся (типа буженины).

Готовят канапе и с рыбой – маринованной, слабой соли или холодного копчения, шпротами, а также с морепродуктами – креветками, мидиями, кальмарами.

Помимо сыра, мяса или рыбы, в таком многослойном бутерброде участвуют свежие и маринованные овощи – кружочки свежего огурца, помидорки черри, ломтики сладкой (свежей или маринованной) паприки, оливки, каперсы, корнишоны, маринованный лук, – а также салатные листья, веточки рукколы, укропа, петрушки.

Для канапе с малосольной рыбой отличным дополнением является ломтик лимона, копченые мидии прекрасно сочетаются со свежим огурцом, сыр – с помидорами, колбасные изделия – с паприкой, отварной язык – с оливками, копченая курица – с консервированными ананасами, пряная килька – с вареным яйцом.

Можно добавлять и грибы – мелкие маринованные шляпки лесных грибов или обжаренные свежие шампиньоны. Грибы неплохо сочетаются с сырными и мясными канапе, но украшать ими рыбу не стоит, для бутербродов с рыбой и морепродуктами лучше подойдут перепелиные яйца. Сыр, красную рыбу, икру, морепродукты подают на пшеничном хлебе, мясные, колбасные изделия – также и на ржаном, а шпроты и селедку – только на ржаном.

Основа вовсе не обязана быть хлебной. Самый простой и распространенный вариант коктейльной закуски – кубики сыра и светлый виноград без косточек, скрепленные шпажкой. Шарики моцареллы нанизывают на зубочистки, чередуя с копчеными колбасками в форме бусинок и оливками. Основанием для канапе с сельдью могут стать ломтики отварного картофеля, для закусок с морепродуктами – ломтики огурца (а украшением – перепелиное яйцо). Базой также могут служить кусочки свежей паприки.

Канапе подают из расчета 10–15 штук на каждого гостя, если нет других закусок, а если есть – три – пять штук. Канапе можно скреплять специальными коктейльными пластиковыми шпажками, подбирая их по цветовой гамме, или простыми деревянными зубочистками. У последних есть один серьезный недостаток: они могут расщепляться в ходе приготовления

бутербродов или уже в процессе еды. Ни в коем случае не используйте ароматизированные зубочистки с ментоловым кончиком: ментол может очень сильно изменить вкус закусок. И также неприемлемы оливки или виноград с косточками.

Другой вариант мини-бутербродов – **тартинки**. Их отличие от канапе заключается в том, что это монозакуска, в качестве наполнителя используется только один, реже два ингредиента, как правило, кремовой консистенции. Тартинки делают с паштетами, форшмаком, сырными соусами, творожными муссами, зеленым, икорным или анчоусным маслом, готовят тартинки и с икрой (но тогда надо их обязательно смазать маслом или масло выложить поверх икры – розочкой при помощи кондитерского шприца). Украшают такие бутерброды веточками свежей зелени. Основой могут служить не только подсушенный хлеб, но также крекеры или начосы (кукурузные чипсы). Тартинки не скрепляются шпажкой, слой наполнителя должен быть практически равен слою хлебной основы.

Помимо классических бутербродов, канапе и тартинок, в формате фуршета вполне уместно такое блюдо, как **сэндвич** – закрытый бутерброд. Сама история его изобретения в XVIII веке рассказывает о том, как насытиться, не используя приборов. Заядлый картежник лорд Джон Монтэгю, четвертый граф Сэндвич, желая перекусить, не хотел при этом покидать карточный стол, поэтому велел подать ему стейк между двумя кусками хлеба, чтобы не испачкать рук.

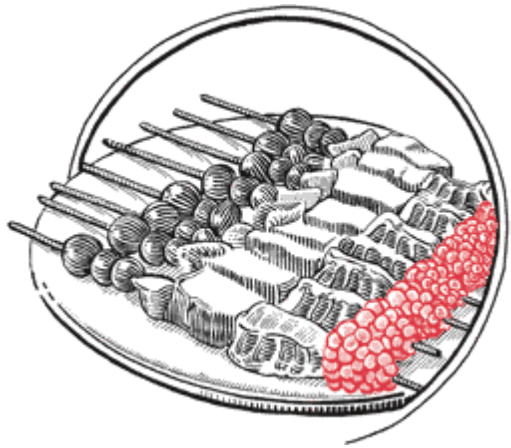
Кроме бутербродов на фуршетах пользуются популярностью **тарталетки**, корзиночки из песочного или вафельного теста с различными наполнителями. Чаще всего их заполняют салатами – картофельным, крабовым или сырным, салатом с печенью трески и т. д., – то есть теми, что заправлены майонезом. Салаты из свежих овощей (типа греческого) не подходят для тарталеток, так как овощи дают много сока и тесто просто размокает. Тарталетки также начиняются различными паштетами, муссами, кремами (в том числе и десертными). Есть миниатюрные тарталетки – они предназначены для подачи красной икры. Для этой же цели используют и половинки вареных яиц. Тарталетки готовят из расчета три-четыре штуки на каждого гостя. Чтобы тесто не размокло, их не стоит начинять заранее, а также хранить (даже в холодильнике).

Салаты и паштеты иногда кладут также в **профитроли** (пресные заварные пирожные) и слоеные корзиночки – **волованы**. Лучше всего для каждого вида салата, паштета или мусса подобрать свой вид корзиночки.

Удобна и коктейльная подача: салаты раскладывают по бокалам очень мелко нарезанными, но без заправки. Различные соусы и заправки в таком случае предлагаются отдельно.

Еще один вариант – **рулеты**. «Обложкой» закусочных рулетов может служить лист тонкого лаваша, который смазывают различными муссами (например, смесью рикотты и лосося горячего копчения). Или же на лист выкладывают салаты, лаваш заворачивают и делят на порции. Помимо лаваша, можно использовать блины, также наполнив их начинкой и разрезав на небольшие порции. Блины особенно хороши к начинкам с рыбой, морепродуктами, икрой. Делают и овощные рулетики, например, из обжаренных ломтиков баклажана, но для фуршета это не самый лучший вариант, овощные рулеты все же требуют тарелки и приборов. А вот ветчинные рулетики с сырной начинкой вполне подойдут.

На фуршетах можно увидеть **шашлычки** – холодные и горячие закуски, нанизанные на небольшие деревянные шпажки (10–15 см). Причем лучше использовать такие сочетания, которые не теряют при остывании своих качеств и не требуют соуса. Фуршеты, как правило, не предполагают перемены блюд, и все закуски подаются одновременно, поэтому экспериментировать с горячим не стоит. В качестве холодных закусок могут выступать шампиньоны, мидии, другие копченые или маринованные морепродукты, мясные копчености, сыры, перемежаемые свежими или маринованными овощами (помидорками черри или оливками, например), – блюдо несколько похожее на канапе на шпажке, но более увесистое. Возможны и десертные шашлычки – с различными фруктами или ягодами.



Также подают **пирожки** со всевозможными начинками, но, как и в случае с бутербродами, надо помнить, что порции должны быть маленькими, а ассортимент – большим. Пирожкам с различными начинками придают различную форму или в процессе лепки декорируют их рельефными фигурками грибов, рыбок, курочек, символизирующими начинку.

Из выпечных изделий для фуршета отлично подходят и разнообразные **пиццы**.

> На фуршете не бывает перемены блюд, поэтому рассчитывайте площадь стола, чтобы на нем уместились все закуски одновременно. Единственная возможная перемена – десерт, сопровождающийся подачей горячих напитков – чая и кофе. Расчет продуктов на гостя примерно 500–600 г. Расчет алкоголя: бутылка вина на двух гостей, бутылка крепкого алкоголя – на четыре-пять человек

В качестве **десертов** на фуршете используют, как правило, фрукты, миниатюрные пирожные, а также отличный вариант – это сырное плато с виноградом и орехами.

Фуршетное меню не ограничивается лишь закусками. Выбирая ингредиенты для них, стоит понимать, какие напитки вы будете предлагать. Если на столе есть водка, то уместны и сельдь, и килька, и большое количество маринованных овощей. Если же предполагаются только сухие вина, то бутерброды с селедкой или салом будут смотреться сомнительно.

Фуршетное меню на 10 человек

• Канапе на ржаном хлебе с ветчиной, мягким сыром и помидорками черри – 20 штук.

• Канапе на пшеничном хлебе со свежим огурцом, копчеными мидиями и перепелиным яйцом – 20 штук.

• Тартинки на несоленых крекерах с утиным паштетом – 30 штук.

• Волованы с салатом из печени трески (печень, вареные яйца, зеленый лук) – 20 штук.

• Тарталетки с картофельным салатом – 20 штук.

• Профитроли с сырным муссом – 20 штук.

• Пирожки с капустой – 20 штук.

• Пирожки с грибами – 20 штук.

• Десертные шашлычки с фруктами (ананас, клубника, банан) – 20 штук.

• Мини-эклеры с заварным кремом – 20 штук.

Фаршированные изделия

Фаршированные изделия – уникальный класс блюд, не требующих гарнира и характеризующихся сбалансированным сочетанием белков и углеводов. Они редко готовятся порционно, на одного человека. Общим свойством большинства из них является и возможность заморозки впрок, что во многом облегчает ведение хозяйства.

Тесто с начинками

Фаршированные изделия из теста – это не пироги и начинки к ним, имеются в виду пельмени, вареники и далее: равиоли, манты, хинкали, гедза, димсамы, ханум и всяческие позы, они же буузы. В этих блюдах, помимо теста, есть еще один основной ингредиент: фарш. Пропорция – 1:1. Если для пельменей и равиолей это 5 г теста и 5 г фарша из расчета на одну штуку, то для хинкали или мантов – 50 г теста и 50 г фарша.

Начнем с **пельменей**. Самый привычный для нас вид фаршированного теста с мясом, мы даже используем это слово для обозначения всех похожих блюд, говоря, что равиоли – это итальянские пельмени, хинкали – грузинские, манты – азиатские. Действительно, аналоги пельменей есть практически во всех кухнях. Многие народы, от китайцев до итальянцев, борются за пальму первенства в изобретении этого блюда, но само его название все же говорит о финно-угорских истоках. «Пель мень» буквально «мучное ухо». Правильные пельмени – не круглые, не шестиугольные (сделанные при помощи пельменницы, например), а сжатый полукруг со сведенными кончиками. Классическая начинка для пельменей – мясо (свинина, баранина, говядина, зайчатина, медвежатина, лосятина, птица), и, как правило, речь идет о смеси разных сортов мяса. При этом вариант, который упоминается как классика, – смесь свинины, говядины и баранины в определенных пропорциях – вызывает все же некоторые сомнения, потому что трудно представить сибирских или уральских крестьян, которые забивали для пельменей сразу столько животных. Но стоит помнить, что чистая говядина может оказаться суховата, поэтому ее зачастую смешивают со свининой, чтобы добавить жирности.

Из добавок используют только лук, соль и перец. Еще один необходимый ингредиент пельменного фарша – вода, именно она придает начинке сочность. Для рубленых изделий берут мясо невысокого качества – лопатку, пашину и пр., то есть содержащее много соединительной ткани. Коллагеновые волокна при коагуляции белка усиленно поглощают влагу, и без воды начинка получается тугая и сухая, так что воду точно жалеть не надо.

Варианты добавок крупы или овощей к фаршу или замена мяса овощами – капустой, редькой и пр. – скорее относится к ориентальным разновидностям этого блюда. Встречаются пельмени и с рыбным фаршем, и с грибным, и даже с фруктовыми начинками. Но классические пельмени – это все-таки мясо и лук.

Тесто для пельменей пресное: мука плюс соль плюс вода.

Возможно добавление сырого яйца или замена воды на молоко. Но, в отличие, например, от теста для домашней лапши, яйцо не должно полностью заменять воду, то есть яйцо не может быть единственной «жидкостью»: для последующей лепки это грубоватый вариант. Масло в тесто лучше не добавлять, оно, конечно, сделает тесто нежнее и податливее, но затруднит лепку и увеличит риск разрыва теста при варке.

При выборе муки для пельменного теста не рекомендуют брать ее высшего сорта: чем выше сорт муки, тем меньше там содержится минеральных веществ и глютена (клейковины – белка пшеницы, отвечающего как раз за клейкость и эластичность). Тесто надо вымешивать тщательно – до гладкой упругости, чтобы оно не было шершавым на разрыве. Тесту необходимо дать «отлежаться» хотя бы 30–40 минут. Внешне никаких перемен с тестом не произойдет, дрожжей там нет, оно не увеличится в размерах, но этого времени достаточно для внутренних процессов – клейковина набухает, вбирая влагу, и таким образом обеспечивает растяжимость. Существует несколько методов формовки пельменей вручную (без форм, пельменниц и прочих приспособлений). Первый – тесто раскатывают одним сплошным пластом и при помощи стакана (или специальной выемки) вырезают кружочки нужного диаметра.

> Клейковина, или глютен, – белок, содержащийся в пшенице, ржи, ячмене, точнее, комплекс белковых соединений, обеспечивающий клейкость и эластичность теста

У этого способа есть огромный минус – большим пластом очень трудно раскатать тонкое-претонкое тесто, при этом ровно на каждом участке. К тому же остаются обрезки, которые многие пытаются раскатать заново, получая все более грубый и сухой вариант.

Другая методика более трудозатратна, но результат того стоит: тесто раскатывают в жгуты (толщиной примерно 2,5 см), потом режут на кусочки (2,5–3 см) и из каждого кусочка скалкой делают кружок – так называемый сочень. Индивидуальная раскатка позволяет сделать тесто нарочито неровным, чтобы края были тоньше, чем серединка, тогда при лепке «шов» не получится слишком грубый.

Пельменное тесто очень любит муку, поэтому, раскатывая и формуя изделие, можно подсыпать муки – и на стол, и на скалку, тогда тесто не будет липнуть к поверхности и рукам и рваться. При лепке пельменей надо стараться не переборщить с количеством мяса, иначе соединить края будет сложновато.

Фарш, как уже говорилось выше, должен быть жидким; хорошо смазывать края сочня водой для надежности крепления, но само мясо на края попадать не должно. Залеплять края надо довольно крепко, с усилием (отличное упражнение для тренировки мелкой моторики, как и другие занятия с тестом), их также можно закреплять «косичкой», хотя чаще так делают с варениками. Пельмени можно варить сразу, как только они были слеплены, но более правильный вариант – заморозка, после которой они не только не потеряют вкусовых и питательных свойств, но, наоборот, мясо и лук отдадут больше сока во время варки и начинка получится сочнее.

Готовят пельмени различными способами. Первый – конечно, варка. Пельмени закладывают в подсоленную кипящую воду и проводят ложкой или шумовкой по дну – чтобы к нему не прилип ни один пельмень. Кастрюлю надо брать с запасом и воду доливать не доверху, потому что во время варки мучных изделий образуется много пены. Кипение должно быть достаточно бурным. С момента закипания надо дождаться всплытия пельменей и вытаскивать их через 5–7 минут (в зависимости от размера) – это для замороженных: свежеслепленные варятся быстрее. Иногда пельмени подают как первое блюдо (в качестве супа), в таком случае их отваривают в мясном или курином бульоне.

Пельмени можно также обжаривать (или сначала отварить и потом обжарить, либо обжарить сырые с обеих сторон, накрыть крышкой и, уменьшив огонь, дать им потомиться 5 минут). Сырые пельмени жарят и во фритюре (полностью погруженными в кипящее масло) или в полуфритюре (наполовину погруженными).

> В отличие от уже готовых кулинарных изделий типа вареных сосисок или варено-замороженных креветок, которые не впитают дополнительных вкусов и ароматов при варке (поэтому бессмысленно класть в воду пряности, свежие травы и т. д.), пельмени еще сырые, так что укроп или лавровый лист значительно повлияют на их вкус. А к сосискам или креветкам, которые мы фактически не варим, а просто разогреваем, лучше подать отдельный соус. Пряности они просто «не возьмут»

Пельмени можно запекать, но только в большом количестве бульона или соуса, лучше всего в порционных керамических горшочках. Вместо крышки годится сметана, которая запечется румяной корочкой.

Классическая подача пельменей, как это ни странно, с соусом

винегрет, то есть со смесью уксуса, масла, соли и черного молотого перца. Но тут уже дело вкуса. Подают пельмени и с горчицей, и со сметаной, и с различными томатными соусами.

Следующими по популярности среди фаршированных изделий идут **вареники.** И это не просто украинское название русских пельменей. У этих блюд есть некоторые отличия. Во-первых, само слово «вареники» говорит о том, что начинка в тесто закладывается готовая: картофель, творог, грибы и даже мясо уже прошли термообработку.

Второе отличие – тесто. Тесто для вареников нежнее пельменного, иногда делается даже заварное пресное, причем чаще всего в качестве жидкой основы берут не просто молоко, а кисломолочные продукты (простоквашу, кефир, сметану или хотя бы сыворотку), иногда с добавлением воды и яйца. Используют и дрожжевое тесто.

Третье отличие – размер и форма. Вареники значительно крупнее привычных пельменей, а края в обязательном порядке закрепляют «косичкой». Они имеют форму полумесяца, то есть кончики не соединяют, как у пельменей.

Вареники редко жарят или запекают, традиционно их варят. Иногда готовят на пару или «на ткани» (кусок неокрашенной ткани или простой марли опускают в кипящую воду, и в него уже закладывают вареники), минимизируя риск того, что вареники прикипят к стенкам или дну кастрюли.

Ближе всего к вареникам не пельмени, а польские **пероги**, которые фаршируют и картофелем со шкварками или творогом, и капустой, и отварным мясом и различными фруктами и ягодами.

> Говоря о соединении краев пирожков или вареников «косичкой» или другим способом, нередко употребляют глагол «писать». Отсюда и выражение «писаные вареники». Сначала края слепляют обычным способом, слегка вытягивая, а потом начинают из краев лепить «косичку» – «писать», делается это большим и указательным пальцем, примерно так же, как при пересчете стопки денег. «Косичка» не только создает эстетический эффект, но и имеет практический смысл, так как начинка в варениках (например, ягодная) может отдавать много сока и тесто следует защипать покрепче

Равиоли и другая фаршированная паста известны у нас лучше всего, хотя у них есть несколько важных отличий от привычных пельменей (про итальянские тортеллини, которые, формуясь в «закольцованное ушко», имеют самое большое сходство именно с пельменями, мы будем говорить в главе

«Паста»).

Классические равиоли не вылепляют поштучно, а делают из двух пластов теста, между которыми расположен фарш. Вырезают их или выемкой (простым стаканом, например), или специальным колесиком-тесторезкой. Равиоли могут быть круглыми, квадратными, треугольными, в форме полумесяца и т. д. Вот принцип формовки при помощи пельменницы (металлической или пластиковой решетки на 37 ячеек в виде правильного шестиугольника) скорее относится к равиолям.

Итальянцы, видимо, считают простую мясную начинку слишком скучной, поэтому в равиолях используются всевозможные фарши: из овощей, рыбы, морепродуктов, сыра, зелени, грибов и т. д. Есть и десертные равиоли – фруктовые и ягодные.

В тесто, помимо муки, воды и соли, добавляют растительное (как правило, оливковое) масло. Так как равиоли более плоские, чем пельмени, а начинка не содержит много влаги, то и рисков, что тесто порвется, гораздо меньше.

Хинкали – кавказский вариант крупных пельменей. Тесто используется пресное: мука, вода, соль (возможно добавление яйца, но не обязательно). На Кавказе говорят, что лепка хинкали – для настоящих мужчин, женских рук они не терпят. Объясняется это тем, что процедура приготовления требует серьезных усилий. В отличие от пельменей и вареников, которые складывают полумесяцем, а края залепляют, хинкали представляет собой мешочки с начинкой, края которых собирают складками, а потом скручивают наверху, – и вот, чтобы закрутить края в плотный узел, действительно нужны сила и ловкость

пальцев. В качестве начинки употребляют только мясо (говядина плюс свинина, реже баранина) плюс лук. Но иногда добавляют свежие пряные травы – кинзу или зеленый базилик, а также мяту и эстрагон. Сегодня мясо для хинкали чаще прокручивают в мясорубке, но в идеале просто рубят двумя ножами (тесаками) в мелкое крошево. В тесто, как и в пельменное, добавляют воду, причем в больших количествах, чуть ли не литр на килограмм мяса.

Размером хинкали превосходят классические пельмени в пять, а то и в 10 раз. По сравнению с пельменным тесто раскатывается не так тонко. Разрывы при варке недопустимы, главная ценность в этом блюде – ароматный бульон, а точнее, сок, который отдают мясо и травы. Крепко скрученный хвостик получается довольно толстым и не очень-то съедобным, но его и не принято есть. За хвостик хинкали держат пальцами, надкусывая дно мешочка и первым делом выпивая образовавшийся бульон. Поэтому есть хинкали ножом и вилкой просто не получится, весь сок вытечет. При подаче хинкали соус избыточен (потому что соусом служит как раз бульон), их принято просто присыпать черным или красным молотым перцем.

> Хинкали не стоит путать с другим кавказским блюдом с похожим названием «хинкал» (распространено в Дагестане и Азербайджане), для которого ломтики теста просто отвариваются в мясном бульоне и подаются вместе с отварным мясом

Манты – восточное блюдо, распространено в Узбекистане и Казахстане. Как и хинкали, они гораздо крупнее пельменей, но имеют вид не мешочка, а конверта (в три-четыре уголка). Иногда манты защипывают не полностью, оставляя наверху посредине небольшое отверстие, чтобы выходил пар.

Тесто также пресное, но с обязательным добавлением яйца. Классическая начинка: баранина плюс репчатый лук плюс рубленая сырая тыква, которая придает сочность суховатой баранине; иногда в начинку добавляют мелкие кусочки курдючного жира. Есть рецепты с козлятиной, верблюжатиной, кониной и различной птицей.

> Бараний жир редко используется при готовке: он плохо растапливается, однако быстро застывает, меняя вкус блюда и затрудняя сам процесс еды. Но существует отдельная (южная) порода овец, у которых есть курдюк – жировой нарост в районе хвоста. Назначение курдюка примерно такое же, как и у верблюжьих горбов: в нем

откладываются питательные вещества на случай голода или засухи. Курдючный жир легко растапливается и обладает приятным ароматом, поэтому его охотно используют при приготовлении плова и других блюд из баранины и не только

Манты варят строго на пару, в идеале – в мантоварке (ее еще называют «мантышница», но точное название «мантыкаскан» или «мантыказан»). Если нет специального приспособления, манты можно приготовить в обычной пароварке или просто в дуршлаге над паром (обязательно плотно закрыв всю конструкцию крышкой). При подаче используются кисломолочные соусы с зеленью и чесноком или обычная винегретная заправка – уксус плюс масло плюс соль плюс перец.

Буузы (позы) больше всего похожи на манты, родом они также из Азии, но представляют монгольско-бурятскую кухню. Их тоже готовят на пару (специальная посуда носит название «позница»). Форма напоминает чашечку с зауженным горлышком. Едят их руками и сначала надкусывают донышко, чтобы выпить бульон (как и в случае с хинкали). Главное отличие от узбекского аналога заключается в начинке: для нее используют не только баранину, но и свинину (а еще чаще – смесь этих видов мяса, или смесь говядины и свинины, как и в пельменях); тыква, как в манты, не добавляется, но можно положить свежую рубленую зелень.

Буузы напоминают китайский вариант **баоцзы** (и созвучны по названию) с той разницей, что для баоцзы тесто может делаться и с добавлением дрожжей, а начинка необязательно мясная, возможны овощные фарши, грибные или смесь мясного и овощного фарша, как вариант – свинина (плюс капуста).

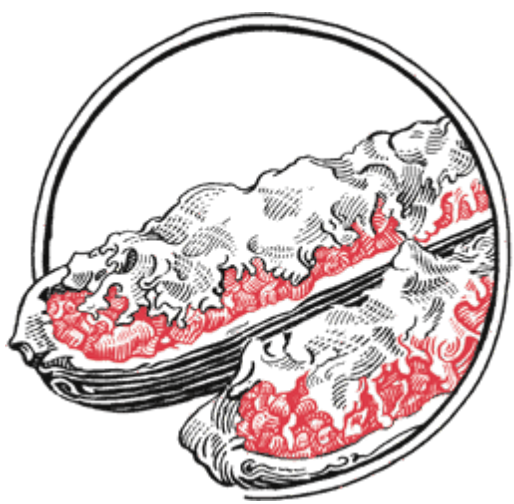
В китайской кухне блюд, схожих с пельменями, достаточно много: кроме уже названных баоцзы есть также цзяоцзы, вонтоны, которые начиняют не только мясом, но и грибами, и рыбой, и креветками, и молодыми стеблями бамбука. Некоторые варятся на пару, некоторые – в воде, бывают открытые и закрытые, из пресного и дрожжевого теста, жареные и запеченные.

Фаршированные овощи

У многих народов есть блюда, технология приготовления которых предполагает заворачивание мясной начинки в овощной лист. В русской кухне распространены **голубцы** – фаршированные капустные листья, но по происхождению это традиционная еда тюрков, только те вместо капусты использовали виноградные листья. То есть фактически голубцы – это **долма**. Долма, как и пельмени, вызывает многочисленные споры среди историков кулинарии. Стоит вспомнить фильм «Мимино», в котором персонаж Фрунзика Мкртчяна говорит главному герою, что просто грузины «не умеют готовить долма!». Азербайджанцы же уверяют, что армяне украли долму именно у них, сделав ее чуть ли не национальным достоянием.

Фаршируют не только листья капусты или винограда, бывает долма и из листьев фруктовых деревьев (таких как инжир или айва), а в армянской кухне начинку заворачивают в тыквенные цветы.

В средней полосе, к сожалению, не так много фруктовых деревьев с достаточно широкими листьями, чтобы их можно было начинять мясом, но одной капустой не ограничивались и в России, делая голубцы из листьев щавеля или даже молодого хрена.



Главное отличие фарша для овощей – по сравнению с изделием из теста – заключается в том, что к мясу добавляют отваренную до полуготовности крупу (как правило, это рис, но могут быть и пшено, гречка, перловка), видимо, в отсутствие

теста такому блюду не хватает «углеводной сытости».

> Интересный факт: в постных вариантах фаршированных блюд мясо заменяется не крупой, но отварной фасолью (как правило, пюрированной) или другими бобовыми, которые, как известно, богаты растительным белком. То есть фаршированные изделия, в которых присутствуют и белки, и жиры, и углеводы, подходят для тех, кто стремится к сбалансированному питанию

Фаршируют помидоры, баклажаны, кабачки, тыкву, репу и пр., а еще «полые» овощи, например сладкие перцы. Можно класть начинку в целые кабачки и цукини (вырезав семенное гнездо), а можно – в порционные кольца. Баклажаны или фаршируют, разрезав продольно на две половинки (и удалив семена), или нарезают тонкими широкими пластами, обжаривают либо бланшируют, а потом выкладывают начинку и сворачивают рулетом.

Фаршированные овощи не отваривают, а тушат или запекают. При подаче используются всевозможные соусы на кисломолочной основе. Если для голубцов и фаршированных перцев это обычная сметана, то для долмы скорее мацони с добавлением чеснока и ароматной зелени.

Существует такая группа блюд, как **фаршированный картофель**, – и прежде всего речь о западно-славянских колдунах (картофельных отварных или жареных пирожках с мясным фаршем) и литовских цеппелинах.

Колдуны из теста практически не отличаются от пельменей. Для приготовления фаршированных драников из сырого мелко натертого картофеля по максимуму отжимают жидкость и формуют небольшие пирожки с мясной или грибной начинками.

Для литовских **цеппелинов** в равных долях берется сырой тертый и вареный (фактически пюре) картофель, из него формуют лепешки, на которые выкладывают мясной фарш (как правило, свиной). Залепляют цеппелины так, чтобы получилась продолговато-округлая форма. Название прижилось во время Первой мировой войны, очень уж эти вареные картофельные пирожки напоминали по очертаниям немецкие дирижабли (Zeppelin). Цеппелины отваривают (сегодня чаще обжаривают во фритюре) и подают со сметаной или шкварками.

Картофельное пюре фаршируют мясом и в эстонской кухне. Это блюдо носит сложное название **«картулипорсс»** (буквально – «картофельные поросята»). В отличие от цеппелинов, его готовят исключительно из отварного размятого картофеля, начинкой

служит уже обжаренная рубленая свинина, скатываются они в крупные шарики.

Из вареного картофеля делается тесто для чешских **кнедликов** (с мясными, грибными и овощными начинками).

А вот шведские **кропкакор** представляют собой нечто среднее между пельменями и картофельными колдунами, потому что в качестве теста используется смесь отварного картофеля, пшеничной муки и яичных желтков. Начинка – ветчина с обжаренным луком.

Есть похожие блюда даже у жителей стран Карибского бассейна. Фаршированные смесью мяса, лука и отварных рубленых яиц картофельные шарики называются **«папа рельена».**

Паста

На примере пасты проще всего объяснить, что даже самые строгие правила «на кухне» обязательно имеют исключения. Паста – наиболее благодатный материал для сочетаний практически с любыми другими продуктами, будь то мясо, рыба, морепродукты, овощи, фрукты и всевозможные соусы. Но важно учитывать, что выбор пасты диктует и выбор добавок к ней.

Для начала стоит определиться с терминами. Паста – это самые разные мучные изделия, которые, как правило, отваривают перед подачей. Макароны – одна из разновидностей итальянской пасты – полые трубочки. Однако в русском языке именно это слово прижилось в качестве обозначения целой группы. Так что я буду использовать и слово «паста», и словосочетание «макаронные изделия», имея в виду одно и то же.

В советской же кулинарии макаронные изделия использовали в качестве либо гарнира (собственно макароны, рожки, спиральки, спагетти и т. д.), либо наполнителя для супов (буковки, прочие фигурки или просто мелкая вермишель), либо как вариант общепитовского завтрака (макарон с сыром). Чуть ли не единственное блюдо, в котором такие изделия выступают как основной ингредиент, – макароны по-флотски.

На самом деле паста – не гарнир, а самостоятельное блюдо (в итальянских меню ее вообще указывают в разделе «Первые блюда», вокруг которых и складывается остальной обед).

И паста – лучший пример для иллюстрации принципа «размер имеет значение», да и не только размер, но и форма.

Пшеничная мука и вода – вот каноническая рецептура любой пасты. Все остальное уже нюансы:

• добавление масла или яиц (в этом случае речь идет скорее о свежей пасте, которую будут не высушивать, а готовить сразу после формовки);

• использование различной муки (для сухих изделий годится только дурум – мука из твердых сортов пшеницы, для свежей пасты допустимы и мягкие сорта);

• добавление гречневой, ржаной, ячменной и прочей муки, да хоть картофельного крахмала;

• употребление пищевых красителей натурального происхождения (томата, моркови, свеклы, шпината, чернил каракатицы), которые могут придавать и вкусовые оттенки.

Но основной акцент в этой гамме дают всего две ноты: мука и вода. Как говорится, меньше просто не имеет смысла!

Феттучине, каннеллони, капеллини, бабочки, спиральки, колокольчики и прочие ракушки одинаковы по составу. Главные их отличия – внешний вид, форма и размер. Но именно форма и размер диктуют (иногда достаточно жестко), какой соус подойдет к конкретному виду пасты.

Уникальность пасты заключается в ее универсальности: она сочетается с мясом и субпродуктами, с рыбой и морепродуктами, с копченостями, соленьями, грибами, сыром, творогом, орехами, с любой зеленью, любыми специями, любыми овощами и корнеплодами (да, с любыми, даже с картофелем!). Есть и десертная паста – со сладкими ягодами или с соусом на основе лимонной цедры.

Паста делится на группы по какому-то принципу: сушеная или свежая, длинная или короткая, гладкая, шершавая или рифленая, простой формы или фигурной. Бывает еще сплошная паста и полая: крупные полые изделия (трубочки, ракушки) предназначаются для фарширования и дальнейшего запекания, мелкие фигурки (звездочки, буковки, машинки, зверьки) – для салатов и заправки бульонов. Бывает уже готовая фаршированная паста, также сухая или свежая (если свежая, то продается замороженной, как пельмени); помимо растиражированных по всей Европе равиолей, существуют такие фаршированные изделия, как **тортеллини, каппеллетти, аньолотти,** отличающиеся не столько начинками, сколько формой теста.

Пасту можно готовить трижды в день – на завтрак, обед и ужин – в течение года и ни разу не повториться в рецептуре. Одно перечисление блюд из нее займет большую часть этой книги – и места не останется для всего другого. Так что поговорим об основных правилах приготовления пасты.

Чем мельче размеры пасты, тем гуще должен быть соус. Очень важно и то, гладкая ли поверхность пасты или нет. Гладкую пасту можно использовать только с густыми соусами, которые обволакивают каждую вермишелинку, а вот шершавая и рифленая годятся и для жидких соусов, благодарно их впитывая. Длинная паста (**спагетти, баветте, феттучине, тальятелле, паппарделле, лингвини** и пр.) подходят для соусов с вкраплением крупных ингредиентов (ломтиков мяса, рыбы, грибов, овощей), короткая паста (**фузилли, пенне, макарони**) предназначается для однородных соусов.

Правило, согласно которому паста делается не иначе как из муки твердых сортов, касается только той пасты, которую высушивают, – свежую или замороженную чаще производят из муки мягких сортов. Такая паста, кстати, нарушает и правило «варить только аль денте»: ее держат на огне до полной

готовности. А вот высушенную пасту лучше недоваривать, оставляя серединку слегка твердой, липнущей к зубам (отсюда и термин «аль денте» – «на зубок»).

Даже из правила, гласящего, что макаронные изделия надо готовить в воде, количество которой в 10 раз превышает массу самого продукта, то есть на 100 г макарон требуется 1000 мл воды, тоже есть исключение. Существуют пасты, которые можно варить по принципу ризотто – с постоянным добавлением горячей воды малыми порциями до полной впитываемости. И речь идет не только о пастах **орзо, пунтине гранди, ризи** и других видах, напоминающих зерна риса, – таким образом можно варить разную пасту (только скорее высушенную, чем свежую, и скорее короткую, чем длинную).

Не работает и правило, требующее добавления растительного масла при готовке. Поверьте, ничего не слипнется! Даже наисвежайшая паста из самых мягких сортов муки, сделанная дома руками, не слипнется при условии, что тесто хорошо вымешано и как следует постояло для набухания клейковины (на это требуется минут 30–40). Добавить к пасте масло стоит тогда, когда она уже сварена и откинута на дуршлаг. Но и в этом случае надо понимать, что масло во время или после варки не способствует воссоединению пасты с соусом, обволакивая каждую макаронинку тонкой пленкой. А ведь именно соус делает из простой пасты полноценное блюдо!

Самые знаменитые соусы к пасте

Название пасте как блюду дает именно соус, но при этом соус диктует и выбор макаронного изделия. Одна из самых популярных паст во всех странах мира – это, конечно, **карбонара**. Очень сытное блюдо, бывшее традиционной едой итальянских *carbonari,* угольщиков. Готовится карбонара из спагетти. Изначально для нее использовали копченую щековину, но в наши дни часто берут копченые бекон или грудинку. Копчености слегка обжаривают в собственном жире, потом в этой же посуде отваривают спагетти. Для соуса надо взболтать сырое яйцо с солью и черным молотым перцем. Воду сливают и тут же заправляют спагетти яйцом, чтобы оно успело схватиться от горячей пасты. Сверху присыпают тертым пармезаном. Можно обжаривать щековину (бекон, грудинку) отдельно, варить пасту отдельно, в яйцо класть сливки (но это уже избыточно и по вкусу и по жирности) и добавлять другие специи по вкусу. Но канонически достаточно именно яйца, соли и черного молотого перца. Эти ингредиенты упускать нельзя, особенно черный перец, который символизирует угольную пыль. Кстати, при настойчивом желании заменить чем-то сырое яйцо (из опасения бактериальных инфекций) можно попробовать употребить маринованный желток. Отличный вариант приправы не только для карбонары, но и для многих видов пасты (и даже для салатов с ее участием).

Не менее известен и соус к пасте **болоньезе,** только в этом случае спагетти не годятся. Болоньезе требует других форм, таких как, например, у тальятелле – длинных и плоских полосок теста

шириной 8 мм. Именно тальятелле идеально сочетаются с густым пряным соусом – визитной карточкой города Болонья.

В состав этого соуса входят сырая измельченная говядина, подкопченная свинина (грудинка или бекон), лук, морковь, стебель сельдерея, зрелые томаты, мясной бульон, опционально красное вино.

Говядину требуется измельчить тщательно – без крупинок и комочков, мясорубки недостаточно, хорошо бы после мясорубки воспользоваться и блендером. Сначала обжаривают бекон мелким кубиком, потом к нему добавляют нашинкованные лук, морковь, сельдерей. Когда овощи размягчатся, очередь за говядиной, а потом уже следует добавить мякоть ошкуренных томатов, затем влить бульон и вино и тушить до нужной степени загустения.

Помимо тальятелле, соус болоньезе также подается к лазанье: именно им традиционно прослаивают лазанью внутри, а верхний слой заливают соусом бешамель.

Но самое приятное, что это идеальный вариант соуса для домашней свежей пасты, попросту говоря – лапши, которая по форме очень напоминает тальятелле.

Маринара – самый обычный томатный соус. Помимо помидоров, в его состав входят обжаренный чеснок, лук и свежий базилик. Обычно такой соус используют со спагетти, но подходят и другие виды пасты – например, пенне (перья). Довольно часто исходя из названия соуса люди делают ошибочный вывод, что речь идет о пасте с дарами моря, то есть с морепродуктами. Но маринара называется так не из-за своих основных ингредиентов, а из-за того, что ее так прозвали моряки XVI века. Этот простейший и ароматнейший соус подают и к морепродуктам, сопровождающим пасту. А вот сыром пасту с мидиями, креветками, кальмарами или осьминогами никогда не сдабривают.

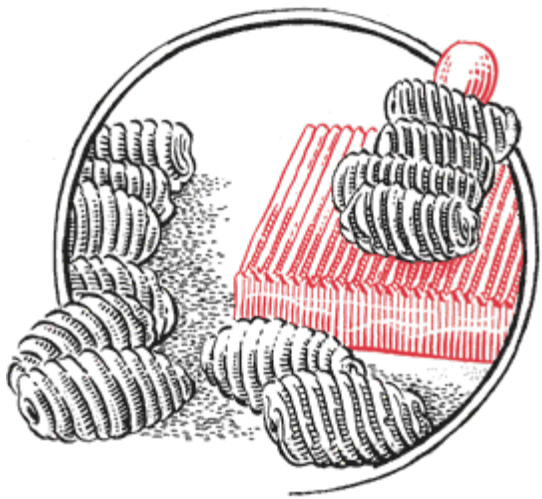
Сергей Аксаков в своих мемуарах упоминает эпизод с Гоголем, который «…вдруг прибегает к нам… вытаскивает из карманов макароны, сыр пармезан и даже сливочное масло и просит, чтоб призвали повара и растолковали ему, как сварить макароны». Судя по составу ингредиентов загадочного блюда, Николай Васильевич желал научиться готовить феттучине альфредо – одну из самых минималистичных паст, которая, тем не менее, безусловно, прославила итальянскую кухню. Кстати, в Италии эта паста не столь популярна, как в других странах. *Fettuccia* в переводе с итальянского означает «ленточка»; больше всего эти длинные ленты шириной 1 см напоминают по виду обычную плоскую лапшу. Феттучине альфредо заправляют соусом из растопленного сливочного масла, к которому добавляют

сливки и натертый пармезан (соус прогревают до загустения). Опциональна при подаче зелень петрушки, и только.

Самые интересные виды пасты

• **Фарфалле (farfalle)** – бабочки; вид пасты, известный с XVI века, ранее делался вручную. Бабочки подают с довольно легкими соусами – сливочным или томатным; часто фарфалле бывают цветные (трехцветные – под цвета итальянского флага). Также их используют для холодных салатов.

• **Ньокки (gnocchi)** – маленькие клецки; помимо муки, в их состав могут входить манная крупа, шпинат, картофель и/или сыр. Их не принято подавать с мясными, рыбными или другими густыми соусами. Томатный соус плюс тертый сыр – этого достаточно.



• **Конкильони (conchiglioni)** – крупные ракушки; если более мелких представителей «ракушечных» – **конкилье** – отваривают и подают с соусами (благодаря своей форме они отлично удерживают любой соус, включая как самые легкие и жидкие, так и густые соусы с вкраплением крупных ингредиентов), то крупные ракушки принято запекать в фаршированном виде. Конкильони также бывают цветными, фаршируют их мясом, овощами, морепродуктами, запекают в томатном соусе или в соусе бешамель (соус должен полностью покрывать блюдо и быть в меру жидким, потому что ракушки впитают много влаги). Иногда их перед духовкой отваривают до полуготовности, но при достаточном количестве соуса можно запекать и сухими.

Ни в коем случае не стоит промывать никакие макаронные изделия – ни до варки, ни после.

«Промывание макарон» – тяжелое наследие советского общепита, когда макаронные изделия варились в промышленных масштабах. Их промывали, чтобы избавиться от лишней крахмалистости, потому что не подавали сразу к столу, а разогревали порционно. К тому же макаронные изделия тех времен производились все же из муки мягких сортов пшеницы и действительно могли склеиться еще до того, как мы перенесем их из кастрюли на тарелки.

• **Тортеллини (tortellini)** фактически аналог пельменей, на которые эта паста похожа даже в большей степени, чем популярные у нас равиоли. Тортеллини имеют закольцованную форму (ушки соединены). Начинки у тортеллини могут быть самые разнообразные. Но редко берут сырое мясо (если сырое, то чаще куриное), также из мясных начинок используют прошутто (ветчина) или мортаделлу (колбаса), но традиционно тортеллини фаршируют овощами (как правило, шпинатом) или сыром (рикоттой и пармезаном). Их подают не только как отдельное блюдо (минималистично заправив оливковым маслом, чесноком и пармезаном или соусом песто), но и в качестве гарнира для куриного бульона.

• **Джемелли (gemelli)** – близнецы, или рог единорога. Двойная скрученная спиралька благодаря своей форме удерживает любой, даже самый легкий соус типа песто. Используют в холодных салатах.

• **Орзо (orzo)** – вид пасты, очень похожий на рисовые зерна. Варятся орзо достаточно долго, несмотря на их малый размер, – до 15 минут (в отличие от многих макаронных изделий, которым хватит 6–10 минут). И они очень хорошо держат форму – практически не разваривaются и поэтому широко используются в супах, салатах. Из орзо можно готовить блюдо с различными наполнителями – по примеру ризотто: не закладывая пасту в кипяток, а доливая его по чуть-чуть по мере впитывания.

Маринованный желток

• **Сырые цельные желтки – 10 штук.**
• **Соль – 150 г.**
• **Сахар – 150 г.**

Складываем аккуратно, чтобы не повредить оболочку, сырые желтки в контейнер, щедро посыпаем их солью и сахаром, и ставим в холодильник на три –

четыре дня.

Желтки получаются в итоге плотными, крошащимися, по консистенции напоминающими вареные (почти вкрутую), но ни на что не похожими по вкусу. Этот способ приготовления, помимо новых вкусовых ощущений, гарантирует дезинфекцию сырых желтков: соль и сахар вытягивают влагу, таким образом микроорганизмы погибают от обезвоживания (аналогичный принцип используется при засолке рыбы)

Большая еда

Есть ряд блюд, которые обычно готовятся не в расчете на несколько порций, а в большом количестве, что объясняется разнообразием ингредиентов и множеством подготовительных операций. В некоторых случаях блюдо должно «дойти» под действием собственного тепла (жара), что возможно только при значительном объеме. Как правило, необходим и определенный тип посуды (существенны не только объем, но и степень теплопроводности). В категорию «большая еда» входят самые разные, как холодные, так и горячие, блюда – но в основе их приготовления лежат одни и те же правила.

Сварить овощной супчик или суп-пюре, приготовить многие салаты, некоторые виды гарнира можно хоть на одну, хоть на 10 порций, можно сделать рыбное или мясное заливное – даже на одну формочку. Но уже картофельное пюре довольно трудно сварить из одной картофелины. Что уж говорить о пловах, суточных щах, борщах, солянках, холодцах (студнях) и различных вариантах цельнозапеченной птицы.

Эти блюда требуют много времени и внимания, поэтому в домашних условиях их довольно часто готовят для праздничного стола, когда ожидаются гости.

Но даже в ресторанных условиях такие блюда, как плов, в идеале предполагают предварительный заказ на компанию, потому что они не готовятся порционно и вторично не разогреваются.

Пловы

Я не намереваюсь претендовать на лавры знатоков среднеазиатской кухни, но обойти вниманием плов не могу.

Итак, несмотря на разнообразие видов плова, существуют общие правила его готовки.

Первое – посуда. Лучше всего, конечно, воспользоваться большим чугунным казаном (по объему на 2–3 л больше, чем еды, которую вы собираетесь в нем готовить). Главное в посуде для плова – не металл, который обладает низкой теплопроводностью, но, нагреваясь, отлично держит и распределяет тепло (кроме чугунной подходит посуда из литого толстостенного алюминия), а форма: дно должно быть круглым, стенки – расширяющимися, иногда подойдет и китайский вок.

Второе – выбор ингредиентов. Важно все – начиная с жира, в котором обжаривают основные компоненты. Если вы готовите плов с бараниной, то надо использовать не обычный бараний жир, а только курдючный. Иногда употребляют растительные жиры, например в Азии, хлопковое масло. Температура дымообразования у масла должна быть высокой. В некоторых случаях подойдет смесь растительных и животных жиров. Что касается мяса, лучше всего брать баранину (лопатку, седло, окорок), нарезанную крупными кубиками, с гранью порядка 3 см. Говядина – жесткое мясо, для плова стоит выбирать части с небольшим количеством соединительной ткани, заднюю часть (оковалок) или спинную. Но не лопатку, не грудинку, тем более не пашину – такое мясо нужно довольно долго тушить, и тогда

все остальные ингредиенты просто разварятся. Плов с птицей делается не с филе (оно просто разойдется волокнами в рисе), мясо порционно рубят с костями – на куски по 5–7 см шириной. Можно готовить плов и с бараньими ребрышками (порубив их на куски по 4–5 см шириной). Бывает и вегетарианский плов, а также плов с сухофруктами.

Рис должен быть длиннозерный, с небольшим содержанием крахмала, не теряющий форму при варке, но отлично впитывающий влагу. Идеальный вариант – дев-зира. Даже из супермаркетного ассортимента вполне возможно подобрать рис для плова. Например, басмати.

Для того чтобы избежать клейстеризации риса при варке, его следует не просто хорошо промыть, но и замочить в горячей воде (порядка 40–60 градусов) как минимум на полчаса, а лучше на час, чтобы вымыть избыточный крахмал.

Лук и морковь для плова должны быть достаточно насыщенного вкуса (сладковатые), можно обойтись и простыми сортами, но, добавляя к обычной моркови желтую, заменяя классический репчатый лук шалотом, вы можете добиться определенных вкусовых нюансов. Коренья для плова ни в коем случае не нарезают мелкой крошкой, не трут на терке (и не измельчают в фуд-процессоре). Лук и морковь должны быть нарезаны довольно крупно: лук – кубиком (с гранью 1,5–2 см) или толстыми полукольцами, морковь – толстой длинной соломкой или брусочками (1 см в сечении и 3–4 см в длину). Морковь резать стоит продольными полосками, так она лучше сохраняет сок, отдавая его уже при термообработке.

И наконец, специи и пряности. Забудьте и выкиньте пакетики приправ под названием «Специально для плова». Купите зиру – и для начала этого будет достаточно. Плюс чеснок. Далее можно добавлять барбарис и обязательно шафран.

Перец, сумах и прочее – уже от лукавого: если вы точно знаете, что хотите именно такого вкуса. Следующий фактор, который не позволяет превратиться плову в рисовую кашу с мясом, – порядок закладки ингредиентов.

Сначала надо в казане нагреть жир (с возможной его ароматизацией чесноком, луковицей, специями, кореньями, прогретыми до темно-коричневого цвета и потом вынутыми), запустить лук и морковь и прогреть их до того состояния, когда лук приобретет прозрачность, а морковь зазолотится. После чего положить в казан мясо и, помешивая, обжарить так, чтобы корочка образовалась хотя бы на трех сторонах из четырех. Добавить зиру и соль (зиру стоит при этом растирать пальцами), кипяток, уменьшить нагрев до минимума и тушить до мягкости

мяса. Это зирвак. И в принципе именно вот такой «полуфабрикат» и делает плов пловом. В малом количестве, из 50 г мяса, 50 г лука и моркови, зирвак не получится, а значит, и плова не будет.

На килограмм чистого мяса берется килограмм риса, килограмм корений (вместе лук и морковь, причем морковь преобладает, примерное соотношение – 3:2) и полкило (или пол-литра) жира.

Замоченный рис промывают до прозрачности воды, воду сливают и закладывают рис в зирвак. «Бульон» должен покрывать рис целиком (плюс пара сантиметров сверху), в рисе следует проткнуть палочкой или длинной вилкой сквозные отверстия – до слоя мяса, чтобы влага лучше проникала к верхним слоям плова. При высокой температуре выпаривают значительную часть влаги с поверхности, добавляют (вдавив в рис) неошкуренные дольки чеснока или целую головку, уменьшают нагрев до минимума, накрывают крышкой и держат на огне до полной готовности риса.

Но самое главное правило плова, которое стоит усвоить и запомнить, такое: после добавления риса плов нельзя перемешивать. Нельзя! Традиционно плов подают на большом блюде, куда выкладывают все содержимое казана так, что слой риса оказывается снизу, а мясо с овощами – сверху, но возможна, конечно, и порционная подача.

Плов действительно зачастую готовят как гостевое, а значит, праздничное блюдо, и нередко возникает вопрос: а какая еда подается вместе с пловом в качестве холодных закусок или сопровождающих салатов? И какие подходят напитки?

Итак, если плов делался на курдючном жире, то сначала этот жир вытапливается до появления шкварок, и именно шкварки служат закуской перед пловом (если их, конечно, не успели съесть в процессе готовки).

Салаты подают из довольно едких и кислых овощей, потому что плов – блюдо очень жирное, и для нейтрализации жира нужна кислота.

Хорошие варианты – гранатовые зерна, зеленая редька, свежий или замаринованный лук, свежие помидоры.

К классическому узбекскому плову подойдет салат – ачик-чучук – из свежих помидоров и лука.

Что касается напитков, то не стоит запивать плов холодным, особенно если баранина была жирновата: от ледяных напитков жир может застыть прямо в гортани. Плов лучше запивать горячим зеленым чаем.

Плов не хранится, не замораживается впрок и не разогревается вторично – из-за риса. Так же как и другие крахмалистые продукты, он не подходит для вторичного

разогрева.

Квашеная капуста

Блюда из квашеной капусты готовят в большом количестве совершенно по другой причине, чем в случае пловов. Дело в том, что квашеная капуста требует длительной медленной термообработки, и тушить такие блюда 3–4 часа, а то и несколько дней ради стограммовой порции было бы странно.

Зато такая еда прекрасно хранится, потому что кислая капуста сама по себе является отличным консервантом.

Квашеная (кислая) капуста – довольно популярный продукт у северных народов. В зимний и ранневесенний период, когда у нас недостаточно свежих овощей и высока вероятность авитаминоза, квашеная капуста становится просто спасением, потому что содержание в ней витамина С во много раз превышает его содержание в обычной свежей капусте. Когда-то это ценное свойство угадал знаменитый путешественник Джеймс Кук и ввел кислую капусту в ежедневный рацион мореплавателей для профилактики цинги (заболевания, обусловленного дефицитом витамина С). Кроме того, квашеная капуста является отличным дополнением к жирному мясу, помогая его усваиванию. Несмотря на едкий вкус, вызывающий ощущение пересоленности продукта, соль при заготовке капусты используется как раз минимально – из расчета 10–30 г соли на килограмм капусты. То есть как раз содержание соли там гораздо ниже, чем в самых обычных ежедневных блюдах – супах, котлетах и т. д. Так что не исключайте квашеную капусту из меню при низкосолевых диетах.

Да, конечно, при длительной термообработке витамин С

частично разрушается, но именно для его сохранения применяется технология томления при минимальных, а не высоких значениях температуры.

В русской кухне самое известное блюдо из квашеной капусты – **кислые суточные щи**. Суточные потому, что при вторичном нагреве (с предварительным охлаждением или даже замораживанием) квашеная капуста приобретает особо нежную структуру и только усиливает свой аромат. Помимо мяса, капусты и корений, в кислые щи кладут грибы (как правило, сушеные белые), дополняющие аромат.

В других европейских кухнях также есть блюда из квашеной капусты с различными видами мяса. Так, в изысканнейшей эльзасской кухне, которая славится натуральными полусладкими белыми винами и различными деликатесами из гусиной печени (фуа-гра), самым известным блюдом является **шукрут** – тушеная кислая капуста с различными видами мяса (чем больше разнообразие мяса – тем богаче шукрут, в ресторанном меню так и пишут: «Шукрут с шестью (семью, восемью) видами мяса»). Капусту тушат в вине и то же самое эльзасское предлагают как сопроводительный напиток. К шукруту может подаваться сваренный отдельно картофель, но это необязательно.

В Эстонии квашеная капуста является основой блюда под названием **«мульгикапсад»**. Довольно грубоватое и простецкое сочетание: жирная свиная грудинка, кислая капуста и перловая крупа. Экономно, сытно, значительно – самый подходящий вариант для бедной северной кухни. Из пряностей в мульгикапсад добавляют можжевеловые ягоды и тмин. Мясо обжаривают, потом на него выкладывают кислую капусту, а сверху – замоченную и предварительно отваренную перловку. Все это запекается в течение 2–3 часов.

Пожалуй, самое прекрасное блюдо из квашеной капусты – польский **бигос**. Это традиционная рождественская еда, но, так как храниться бигос может очень долго, зачастую его консервируют в банках и разогревают по мере необходимости.

Блюдо это готовится четыре дня, но оно того стоит. К тому же не надо пугаться – из этих четырех дней у плиты вы проведете не более часа, плюс еще время на рубку свежей капусты. Соотношение самое простое: одна часть – мясо (сырое и копчености в равных количествах), одна – кислая капуста и одна – свежая капуста.

Мясо – самое разное: говядина, свинина, баранина, козлятина, кролик, курица, утка, индейка, телячий язык. Копчености тоже: ветчина, окорок, копченые колбасы и т. д. Чем разнообразнее мясной набор, тем интереснее получится бигос.

Часть сырого мяса берется с костями – их следует прокалить в духовке до коричневого колера и сварить крепкий коричневый бульон, который необходимо процедить (вынув из него кости). Далее в этот бульон загружают остальное сырое мясо и квашеную капусту, доводят до кипения и варят около часа. Выключают, убирают на холод до завтра.

На следующий день нужно добавить свежую капусту, довести до кипения, варить полчаса, выключить – убрать на холод.

На третий день кладут копчености, а также приправы: сушеные грибы, ягоды можжевельника, чернослив (а лучше сливовое повидло). Доводят до кипения, кипятят час-полтора, выключают – убирают на холод.

В последний день разогревают – и подают на стол. Мясо от столь длительной обработки в кислой среде распадается практически на волокна, а капуста получается нежнейшая и ароматная. По консистенции бигос не может быть похож на суп, то есть весь бульон и рассол должны выпариться. Сопровождается такое блюдо ржаным хлебом и водкой. Но возможны варианты подачи и с белым вином или с пивом.

Холодцы (студни)

Холодец – еще одно блюдо, которое не готовится в малых количествах, потому что требует длительной термообработки. Если для заливного нужно просто залить мясо или рыбу желейной массой, то для приготовления натурального студня используется очень крепкий костный бульон, самостоятельно желирующийся при охлаждении, практически аспик. Бульон должен быть красивым (золотистым, а не серым), прозрачным, ароматным и нежирным. Для студней подходит мясо говядины, свинины и птицы, но берут «условно съедобные» части туши – ножки (фактически копытца), головы, хвосты, свиные уши, лапки и гребешки – с максимальным содержанием желирующих веществ. А также используют мясо с большим количеством соединительной ткани, но нежирное (скорее подойдет лопатка, чем грудинка).

Сначала варят крепкий бульон на костях, после процеживания в него добавляют мясо (крупным куском) и коренья. Кости варятся около 5 часов, соотношение количества костей и воды – 1:1,5 (учитывая процент выкипания). Первый бульон после закипания следует слить, промыть борта кастрюли, залить кости горячей водой и снова поставить на огонь. Мясо варится еще 2–2,5 часа. Бульон после закладки мяса быстро доводят до кипения, потом огонь уменьшают до минимального и кастрюлю накрывают крышкой. Вареное остывшее мясо разбирают, бульон (обязательно!) процеживают. Мясо равномерно раскладывают по формам и заливают бульоном, при этом можно добавить свежий измельченный чеснок.

Также хороший метод – приготовить крепкий бульон, сильно его охладить, снять с поверхности застывший жир – и еще раз прокипятить, а уже потом заливать им отварное мясо. В процессе приготовления надо снимать не только пену, но и избыточный жир. Для придания цвета и аромата бульону в него при варке кладут коренья (лук, морковь, репу, сельдерей, петрушку, пастернак, чеснок, которые можно сначала запечь до золотистого цвета) и пряности (куркуму). Луковицу можно положить прямо в шелухе (сняв только верхний слой) – тогда бульон приобретет приятный золотистый оттенок. Перед тем как снять кастрюлю с огня, добавляют перец горошком (черный и душистый), а иногда немного мускатного ореха. Не стоит бросать в бульон свежую или сухую зелень, так как зеленоватый холодец выглядит не очень-то аппетитно.

Главная прелесть холодца в том, что если он у вас все-таки не

застыл (ужас всякой домохозяйки перед любым праздником: «А вдруг не схватится!»), то его всегда можно процедить и еще раз проварить.

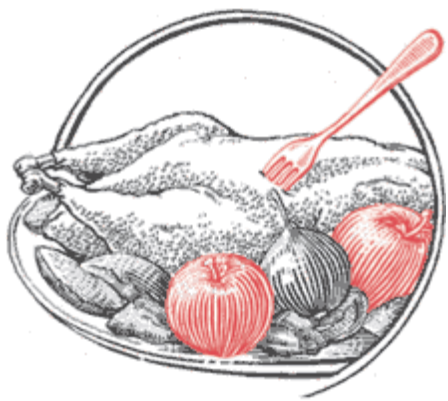
Холодец подают в качестве холодной закуски, используя такие приправы, как хрен и горчица.

Кстати, холодцом это блюдо чаще называют на юге нашей страны, а официальное название все же «студень». В других кухнях присутствуют блюда, очень похожие на холодец – немецкий зельц, польский сальтисон, грузинское мужужи. Знаменитый армянский суп хаш – не что иное, как «горячий холодец», очень крепкий наваристый бульон с мясом, специями и зеленью.

Большая птица

Чтобы крупную птицу запечь цельной тушкой, также нужно много времени. Примерно час на килограмм (это же относится к молочным поросятам, бараньему боку или бараньей ноге).

Довольно часто к жирным уткам и гусям добавляют при запекании квашеную капусту, свежие или моченые яблоки: во-первых, кислота несколько ускоряет процесс приготовления, во-вторых, помогает сбалансировать избыточный жир. Птицу можно фаршировать крупой – рисовой или гречневой, – добавляя грибы, орехи, а в случае индейки – каштаны.



Гуся запекают на противне с высокими бортами, так как он тоже отдает немало жира, которым его и следует поливать в процессе приготовления.

При подаче используют кисло-сладкие соусы, иногда ягодные (из клюквы, брусники), желе из красной смородины, апельсиновый мармелад либо конфитюр. Яблоки или капусту, с которыми запекалась птица, подают в качестве гарнира.

На косточках из запеченной птицы на следующей день можно (и нужно) готовить изумительные ароматные бульоны. Это касается и птичьих субпродуктов, которые, как правило, не используются для запекания, хотя производитель настойчиво вкладывает пакетик с ними в брюшко уже потрошеной птицы. Бульон на косточках и дальнейшая варка «супчика с потрошками», будь то щи, гороховый суп или домашняя лапша, – отдельное удовольствие, и им не стоит манкировать.

Фаршированная рыба

Самый известный вариант этого блюда, конечно, фаршированная щука. Но на самом деле годится любая крупная (от 2–2,5 кг) рыба – карп, треска, кефаль, сиг и т. д. Причем фаршировать рыбу можно мясом других рыб, а не только ее собственным, так, например, для судака готовят мусс из лосося (и наоборот).

Фарширование рыбы кажется процессом ужасно трудоемким и сложным, в действительности все достаточно просто. Самое главное – как следует очистить тушку от чешуи (для простоты хорошо предварительно натереть ее солью или даже ошпарить). Ее снимают специальным ножом или обычной теркой. Затем надо на час положить рыбу в морозилку: слегка подмороженную будет проще разделывать.

Если вы хотите сохранить цельный вид рыбы (с головой), то вам понадобятся прочные белые нитки и игла, потому что, если рыба останется с головой, кожу придется разрезать, а затем сшивать. Резать можно и по хребту, и по брюшной линии. Удалив же голову, всю кожу можно снять целиком – чулком (подрезая изнутри мясо в районе плавников).

Как уже говорилось, в качестве начинки используется рыбный фарш (плюс пассерованный лук и белый хлеб, замоченный в молоке). Можно положить другие овощи (коренья), крупу, орехи, отварные рубленые яйца, свежую или сухую зелень. Если сама рыба суховата, в фарш добавляют сливки. Из рыбного фарша делают мусс – взбив его с протертым творогом.

Из головы варят бульон, в котором потом и припускают

фаршированную рыбу до готовности; помимо рыбного бульона, используют и куриный. Готовят рыбу на плите или в духовке (для запекания можно использовать молочный соус типа бешамель). Но соус или бульон обязательны, рыба не должна получиться сухой.

Подается фаршированная рыба с бульоном и отварными овощами – морковью, свеклой, картофелем.

Алкогольные напитки

У французских негоциантов, торгующих вином, существует принцип: продавать нужно на сыре, а покупать – на хлебе. Это значит, что, если вы хотите оценить качество вина, закуска должна быть максимально простой и нейтральной, поскольку любые дополнительные вкусовые нюансы могут вас не просто отвлечь, но даже обмануть. Удачными считаются те сочетания, в которых ни один из «партнеров» не доминирует, а позволяет другому раскрыться с самой лучшей стороны.

Как подавать спиртное

Правила подачи алкоголя довольно просты и выверены веками:

- белое вино – к рыбе;
- красное – к мясу;
- шампанское – к икре;
- коньяк – к шоколаду;
- белое должно быть охлажденным;
- красное доводится до комнатной температуры;
- красное с белым не мешать;
- от легких вин – к сложным;
- от низкого градуса – к высокому;
- универсальная закуска – сыр;
- вино на скатерть не проливать!

Однако не все так просто, даже законодатели *haute cuisine* – французы – называют сочетание рыбы с красным вином новой классикой. Шокировать сомелье подобным заказом могли только персонажи старых фильмов Луиса Бунюэля, а сейчас этим никого и не удивить.

Сыр Мюнстер и белое эльзасское вино Gewürztraminer. Свежие устрицы и вино из поместий Chablis. Фуа-гра и Château d'Yquem. Разнообразие начинок пиццы и своеобразие Chianti. Кровавый стейк и выдержанное «совершеннолетнее» Bordeaux. Тушеная капуста и немецкое пиво. Японские суши и кисловато-теплое саке. Гречишные дрожжевые блины и русская водка… Все эти сочетания стары как мир.

Да, блюдо лучше всего гармонирует с таким алкогольным напитком, который родом «из той же долины» или хотя бы из той же страны. Но сегодня, когда классические национальные кухни преодолевают привычные границы, традиционные сочетания уходят в прошлое. И нет ничего страшного в смешении «французского с нижегородским», если соединяются шампанское и черная икра. А совсем не винная кулинария Дальнего Востока охотно уживается с мозельскими или рейнскими винами. При условности географических границ довольно сложно соблюдать какие-либо правила. Они просто не действуют.

Вино

Казалось бы, мясо и красное вино – устойчивое сочетание. Однако мясо мясу рознь. Бифштекс с кровью и холодная отварная

телятина – мясо, но вряд ли мы выберем им в спутники одно и то же вино. Точно так же как не стоит подавать в одной тарелке бараньи котлеты, свиную отбивную и телячью печенку, лучше не запивать цыпленка табака, утиную грудку под апельсиновым соусом и рождественского гуся в яблоках напитком из одного бокала. Жареную в сухарях речную рыбу и морскую рыбу, припущенную в белом соусе, не подогнать под общий знаменатель. И необязательно оттенять их вкус исключительно белым вином. Малосольная форель или заливное из осетрины, тушенный с кореньями карп или фаршированная щука – разве есть для них единственно верный ответ?

Самый разумный подход – выбирать вино не по принципу сочетаемости, а с учетом наиболее ярких ингредиентов блюда, к которому подается напиток.

Так, острые горячие закуски, например креветки в чесночном соусе, не раскроют всей своей прелести в компании ни с красным, ни с белым винами. Самый удачный выбор в подобном случае – полусухое розовое, которое своей пронзительностью усмирит настойчивый чеснок, но легко и податливо сыграет в пользу нежного мяса морепродуктов. Подойдут и Прованс, и Испания, и Новый Свет (Чили или Австралия).

Свинина в китайском стиле – в кисло-сладком соусе – охотно возьмет в пару германский Riesling.

Ориентальная кухня вообще способствует появлению новых устойчивых и не всегда традиционных пар. Обычный аттракцион – замаскировать при помощи специй или соуса рыбу таким образом, чтобы ее нельзя было отличить от мяса. И какой напиток выбирать в таком случае? Ответ простой – при выборе надо полагаться именно на специи и приправы и на способ

термообработки, а не на основной продукт.

И если не бояться экспериментов, оказывается, что балтийская треска прекрасно сочетается с выдержанным в бочке чилийским Chardonnay, кавказский шашлык – с испанским Rioja. Кролик по-ландски только выиграет при сервировке с аргентинским Malbec. Spatlese из Пфальца отлично подчеркнет вкус сашими из тунца.

То, что сырная тарелка – идеальная закуска для вина, тоже не более чем миф. Некоторые сыры просто противопоказано совмещать с определенными винами.

Острые ароматные сыры длительной выдержки убьют молодое красное вино с его агрессивными танинами (дубильными веществами). Вы не оцените ни яркого аромата сыра, ни решимости винного букета. Холодный металлический привкус во рту – вот что будет вашим наказанием. Точно так же и пресные сыры не станут достойным «аккомпанементом» для зрелых красных вин.

Сыр вообще не стоит относить к холодным закускам, его подают на десерт, соответственно выбирая и вина – плотные крепленые и/или десертные (херес, портвейн, мадеру, айсвайн, вино позднего сбора винограда) либо сухие, но выдержанные.

Качество вина зависит от множества факторов. Имеют значение сорт винограда (моносорт или купаж), терруар (совокупность условий, в которых виноград растет: климат, почва, погода в конкретном году), а также и то, в чем выдерживается напиток – в металлических чанах или деревянных бочках. Важен и возраст бочек: молодой дуб, например, дает устойчивый аромат ванили.

Посмотрим, какие бывают вина.

• **Белые сухие вина** имеют цвет от бледно-соломенного (иногда с зеленоватыми оттенками) до темно-желтого (если вино выдержано в бочках). В аромате ощущаются ноты белых цветов (нарцисса, миндаля, жасмина и др.), во вкусе – некоторая минеральность, кислотность и намек на фрукты и ягоды: зеленое яблоко, персик, цитрусовые, крыжовник, личи (в зависимости от сорта винограда).

• Цвет **красных сухих вин** – от фиолетовых оттенков (молодые вина) до рыжевато-алых и красно-коричневых (зрелые вина). В аромате могут присутствовать ноты сухофруктов (чернослива, инжира), выделанной кожи, пряностей и специй (ванили, корицы, черного перца), лесных ягод (малины, клюквы, черники), засахаренных фруктов, что вовсе не означает, что и на вкус вино окажется сладковатым. Наличие танинов, привкус виноградной косточки характерны для молодых вин, – но с

возрастом танины становятся не столь агрессивны, и зрелые вина вкусом напоминают уже черные ягоды – смородину, ежевику, вишню. Вкус вина необязательно повторяет аромат, в некоторых случаях они даже контрастируют, например, когда обманчивая сладость засахаренных фруктов раскрывается пронзительной черной вишней. В выдержанных красных винах, помимо аромата и вкуса, также важно послевкусие – и чем оно ярче и продолжительнее, тем больше ценится напиток.

• **Розовые вина** производятся из черного винограда, но по технологии белых вин. То есть брожение в течение нескольких дней мезги (раздавленного винограда с кожицей и косточками) не применяется, а сок отжимают сразу. Получается красное вино, лишенное танинов.

В аромате возможны экзотические цветы и специи, во вкусе – малина, клубника, красная смородина, слива.

• **Натуральные полусладкие вина** могут быть как белыми, так и красными или розовыми. Натуральные – значит без добавленного сахара, но с довольно ощутимым количеством сахара остаточного – того, что не успел превратиться в алкоголь. Таким способом могут производиться как белые, так и красные или розовые вина.

• **Крепленые вина** производятся в основном в странах южных регионов. Речь идет в первую очередь о португальских портвейне и мадере и испанском хересе. Каждый из этих напитков имеет свою уникальную историю, связанную с религиозными войнами, политическими конфликтами и всяческими ограничениями. Сам принцип изготовления крепленого вина (добавление винного дистиллята в недозревшее вино с дальнейшим созреванием) оказался революционным для логистики и дальней транспортировки. Портвейны, например, уникальны тем, что могут не просто долго храниться в бутылках, но и созревать там. Именно благодаря портвейнам в мир моды вошло слово «винтаж», изначально обозначающее всего лишь удачный год урожая, вино которого имеет огромный потенциал к тому, чтобы становиться лучше год от года.

• **Десертные вина** – сладкие вина с остаточным или добавленным сахаром. Особняком стоят такие группы, как айсвайн (вино делается из винограда, прихваченного первыми заморозками, в Австрии, Швейцарии, Канаде и пр.) и ботритизированные вина. Последние производятся из винограда позднего сбора (практически заизюмленного), зараженного грибком *Botrytis cinerea* (благородная серая плесень); самые известные из них – сотерны (белое золото Bordeaux) и венгерские Tokaji.

Крепленые и десертные вина, как правило, подаются к десертам или в качестве дижестива (после еды). И ничто так не подходит к шоколадному торту, как выдержанный портвейн.

Что касается температуры подачи, то правило о том, что красное вино должно быть комнатной температуры, в наши дни трактуется слишком вольно. Достаточно вспомнить, что обычаи, связанные с употреблением вина, формировались совершенно в других условиях: в отсутствие домашнего отопления. В старых каменных шато было гораздо холоднее, чем в современных жилищах. Красное вино не столь капризно, конечно, как белое, но и его стоит слегка охлаждать – идеальная температура подачи колеблется от 16 до 18 градусов.

Белое же вино требует еще более низких значений температуры. Именно поэтому такие вина в целом менее популярны в нашей стране – слишком много с ними возни, а на летних пикниках и шашлыках вся эта ароматная амброзия теряет свои вкусовые качества, ведь как в полевых условиях обеспечить нужную температуру 9–11 градусов?

А вот крепленые и десертные вина лучше дополнительно не охлаждать: сахар любит тепло.

Крепкий алкоголь

Напитки с содержанием алкоголя не менее 20 процентов служат в качестве и аперитива (их подают до еды или к холодным закускам), и дижестива. Из всех видов крепкого алкоголя только один-единственный сочетается с горячими закусками или с основным блюдом. Это, как ни странно, самая обыкновенная **водка**.

Водка уникальна. В ней ценятся не аромат и не вкус, а чистота и идеальный градус (не меньше, но и не больше). Задача водки – не создавать некую устойчивую пару с какой-либо едой, а обострять восприятие вкусовых рецепторов. Моментальный ожог – и все наши вкусовые сосочки обнажились, возбудились и готовы с особой благодарностью познать пельмень или суп (или селедку, например). Пока все винокуры мира боролись за повышение градуса своих дистиллятов, производители водки думали лишь об освобождении ее от примесей. Водку вымораживали, чистили молоком, углем, настаивали на кореньях, травах, орехах, семенах – с целью не только придания ей нового вкуса или аромата, но и адсорбции. **Настойки** – это отдельная прекрасная история. Водке возможно придать любой вкус, она открыта для самых неожиданных сочетаний, благодаря чему настойки могут быть самими разными – от горьких жгучих перцовок и хреновух до сладких ликеров и бальзамов (запеканок).

Что же касается благородных дистиллятов с узнаваемым вкусом и ароматом, то функциональное разделение у них очень простое: белые прозрачные дистилляты подаются в качестве аперитива **(текила, белый ром, граппа, аквавит, джин),** темные выдержанные – в качестве дижестива **(бренди, арманьяк, виски, темный ром, текила аньехо).**

Особняком стоит **коньяк** (и давайте договоримся называть коньяком именно выдержанный бренди из провинции Коньяк, а не что-либо другое). Для этого напитка существует правило 4С – cognac, cigar, coffee, chokolate (коньяк, сигара, кофе, шоколад).

Посуда для вина и не только

Согласно одной из теорий в ротовой полости находятся несколько вкусовых зон. Кончик языка более чувствителен к сладкому вкусу, а корень – к горькому, середина языка сильнее реагирует на соль и кислоту, внутренняя сторона щек – на терпкий вкус, а вот небо сохраняет послевкусие. Если согласиться с этой теорией, то получается, что форма бокала может не только помочь почувствовать основные ароматы вина, но и правильно «подать» его вкус, направив глоток в нужное место.

Десять поколений династии Риделей, занимавшихся производством богемского стекла, трудились над созданием «идеальных бокалов» – различной формы, толстостенных, прочных, резных, цветных, разрисованных, инкрустированных. Но в XX веке Клаус Йозеф Ридель совершил революцию в стеклодувном искусстве. Цвет, украшения, резьба и прочие излишества остались за бортом. От бокалов теперь требуется не маскировка осадка и не добавление игры красок, а простота, прозрачность и функциональность. Функциональность бокала – это его способность полностью раскрыть все характеристики вина: цвет, плотность, аромат, вкус и послевкусие. Концепция Риделя в том, что органолептические свойства алкоголя во многом зависят от формы его подачи. С тех пор производство винного стекла стало развиваться в новом направлении.

Современный винный бокал (и уже необязательно от Риделя) – это тонкое стекло, высокая ножка и объемная чаша,

соответствующая тому или иному стилю вина (то есть сочетанию его вкуса и аромата). Чаши достаточно объемны (до 350 мл и более), чтобы позволить насладиться ароматом вина, который скапливается в верхней трети бокала. Бокал не рекомендуется наполнять более чем наполовину – именно для того, чтобы дать раскрыться аромату. Когда бокал наполнен наполовину, мы можем оценить цвет вина, его прозрачность, игру оттенков, а также плотность; а слегка качнув бокал – наблюдать, как по его стенкам стекают «ножки», струйки вина. Ровные и медленные струйки говорят о достаточной плотности. Быстро стекающие свидетельствуют о легкости напитка. Принципы классификации бокалов довольно просты: для красного вина чаши более округлые (сфероподобные), для белого вина – зауженные или хотя бы удлиненные. Как правило, бокалы для красного больше по объему, чем бокалы для белого той же линии.

Чаша у бокалов для десертных и крепленых вин меньше (объемом 100–120 мл) и имеет тюльпановидную форму для лучшей передачи аромата. Иногда такая посуда напоминает уменьшенный бокал для коньяка на короткой ножке, за счет чего алкоголь согревается теплом вашей руки.

Аксессуары

В нашем распоряжении множество аксессуаров и «игрушек» для домашнего бара: декантеры, подставки для согревания коньячных бокалов, абсентные ложечки для растапливания сахара, брелоки на ножки бокалов, пробки с защелкой для вторичного укупоривания, ведерки для льда, кольца, салфетки, гибкие диски или специальные насадки, которые вставляются в горлышко бутылки и позволяют вину вытекать более широкой струей, обеспечивая насыщение напитка кислородом. Но самый главный инструмент – это все-таки штопор.

> Декантер – графин, служащий для декантации, то есть снятия вина с осадка, а также для аэрации, дополнительного насыщения вина кислородом. В аэрации, как правило, нуждаются молодые вина, при отсутствии декантера их рекомендуется открыть хотя бы за час-два до подачи. Со старыми винами эта мера не нужна, но вот с осадка их снять все же иногда требуется

Про штопоры можно написать не только отдельную главу, но и целую книгу, но я постараюсь быть краткой.

Существует такая вещь, как **универсальный штопор**. Его еще называют штопором бармена или ножом сомелье. Простой винтовой пробочник снабжен упором (иногда двойным) и рукояткой, которая действует как рычаг, позволяя без особых физических усилий вытащить любую пробку – натуральную, прессованную, синтетическую. Прибор достаточно компактен; к нему, как правило, прилагается миниатюрный ножик – для срезания оболочки, покрывающей пробку. Это штопор номер один, он вне конкуренции.

Второй по популярности и эффективности штопор – с «крылышками», французы называют его **«Шарль де Голль»** (за схожесть со знаменитой позой генерала – вскинутыми вверх руками). Устройство довольно простое, но оно не очень аккуратно работает со старыми пробками, кроша или продавливая их.

Для старых вин и ветхих пробок подходит специальное приспособление, требующее не столько сил, сколько ловкости. **Цыганский штопор** (он же **лакейский**) похож на острый пинцет с плоскими тонкими лезвиями. С его помощью можно аккуратно вынуть даже самую капризную пробку. Лакейским он назван потому, что слуги, используя нечто подобное, таскали вино у своих хозяев, не испортив пробки.

Есть вакуумные, или помповые, штопоры, которые откачивают воздух из бутылки, вследствие чего пробка выпрыгивает сама. Бывают высокотехнологичные (работающие на газовых баллончиках), но есть и механические (как шприц и насос): тонкая игла протыкает пробку до воздушной прослойки в бутылке, а потом вы откачиваете воздух возвратно-поступательным движением, пока пробка не вылетит. Вещь приятная, но не универсальная – ни газовый, ни электрический, ни механический вакуумные штопоры не способны справиться с синтетическими пробками.

Для начинающих дегустаторов продаются пробники вин из различных коллекций. Например, «коллекция великих вин» благодаря синтезированным ароматам дает представление о Chaˆteau Margaux 1986 года, напитке, который мы уже вряд ли попробуем. Встречаются и пробники с испорченными ароматами – например, с

таким, который свидетельствует о пробковой болезни, или с запахом серы (тухлого яйца)

Посуда, инвентарь и прочие гаджеты

Правильная кухонная утварь – это чуть ли не основной залог кулинарного успеха. Выбирая себе какую-нибудь вещицу из поварского арсенала, надо понимать не только, как ее использовать и хранить, но и как за этим предметом ухаживать, чтобы продлить ему жизнь. Помимо обычного кухонного набора – кастрюлей, сковородок, ножей и досок – существует огромное количество различных гаджетов, назначение которых не всегда полностью понятно.

Посуда для варки

В поисках подходящей кастрюли мы в первую очередь обращаем внимание на размер. Тут все очень просто: в качестве основной нам необходима кастрюля, объем которой в литрах вычисляется по формуле «количество членов семьи плюс один». То есть самая большая кастрюля на семью из четырех человек – пятилитровая, в ней варятся бульоны, макаронные изделия, картофельное пюре, компоты и т. д. Для крупяных гарниров и ежедневных супов понадобится кастрюля поменьше – на 2 л. Нужны также совсем маленькие кастрюльки (или ковшики) на литр-полтора для варки утренних молочных каш, яиц и пр.

Второй важный момент – из какого металла изготовлена посуда. **Эмалированные** кастрюли имеют следующие недостатки. Покрытие можно повредить при резком перепаде температуры, при активном помешивании (или при порционировании), так что с такой посудой надо обращаться аккуратно. Опасны и сколы (кусочки эмали могут попасть в еду), и незащищенный эмалью металл, который сам по себе может оказаться совсем небезопасным при готовке и хранении пищи. Использование эмалированной посуды в общепите не рекомендуется.

Посуда из **алюминия** обладает рядом плюсов и минусов. С одной стороны, это очень легкий металл с высокой степенью теплопроводности (вода в алюминиевой кастрюле закипает практически мгновенно) и к тому же нержавеющий. Но с другой, в алюминии нельзя хранить пищу (он легко входит во

взаимодействие с пищевыми кислотами, случается, что и окрашивает пищу в неприятный темно-серый цвет). К тонким алюминиевым стенкам и дну быстрее прикипает пища, и очистить их без царапин затруднительно (поэтому при готовке надо быть особенно внимательными). В посудомоечной машине алюминий не моют.

Алюминиевая посуда бывает литой и штампованной. Из литого алюминия делают казаны, утятницы, сотейники – они подходят для длительной варки или тушения. Кастрюли из штампованного алюминия служат гораздо хуже и быстрее приходят в негодность.

Самые популярные кастрюли сегодня – **из нержавеющей стали**. Нержавейка не намного тяжелее алюминия, зато не нуждается в особом уходе, в ней можно и готовить, и хранить еду, ее можно мыть в посудомойке.

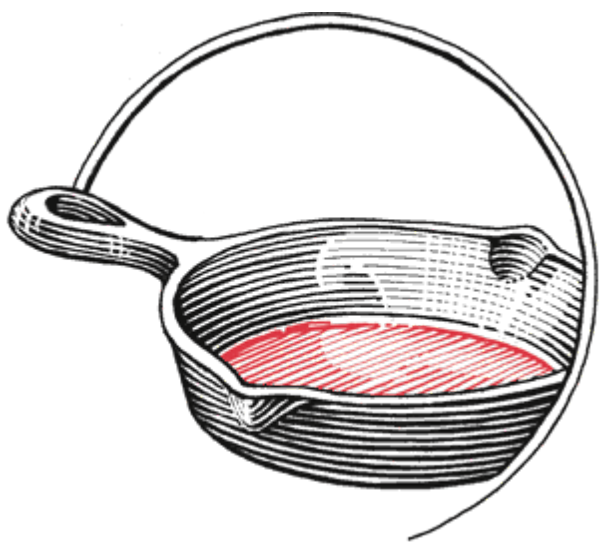
Стоит также обращать внимание на толщину дна (чем толще – тем лучше: еда не будет прикипать), материал для ручек (металлические ручки, в отличие от пластиковых, нагреваются, но зато не могут расплавиться или попросту отвалиться от перегрева). Не надо забывать и о крышках для кастрюль. Лучший вариант – это все же стеклянные крышки с небольшим отверстием для выхода избыточного пара, позволяющие контролировать процесс. Бывают крышки, снабженные термометром.

Посуда для жарки и запекания

При выборе сковородок, сотейников, форм для запекания надо следовать тем же правилам, что и в случае кастрюль. В первую очередь обращаем внимание на материал.

Металлы

Такие материалы, как **алюминий**, а также жесть, нержавеющая сталь и другие **сплавы стали** (с алюминием, углеродистая и пр.) постепенно уходят с кухонь, уступая место более современным материалам. Тонкие металлические формы без специального покрытия плохи тем, что сочные (влажные) продукты могут «прикипать» ко дну и к стенкам. Соответственно, трудно вынимать блюда из формы. При запекании тонкое дно надо дополнительно смазывать маслом, присыпать мукой или панировочными сухарями, а в некоторых случаях и выстилать пекарской бумагой. Но у такой посуды есть и свои положительные стороны: она быстро прогревается и охлаждается, не чувствительна к перепадам температуры, маленькие металлические формочки отлично подходят для быстрых порционных блюд (таких как кокили и жюльены).



Из старых проверенных временем металлов и сплавов актуальным остается **чугун.** При правильных обработке и хранении он может служить практически вечно. Пища в чугунке

не подгорает ни на плите, ни в духовке, чугун дружит с индукционными плитами и не нуждается в дополнительном «антипригарном покрытии». Он отлично распределяет и удерживает теплоту. Готовить в чугуне – одно наслаждение. Можно начинать на плите, а доводить блюдо до готовности в духовке, не перекладывая в другую посуду. В китайской чугунной сковородке вок – с круглым дном и высокими бортами, чем-то напоминающей мини-казан – можно одновременно жарить продукты, требующие разной степени прожарки, просто передвигая те, что уже готовы, от нагретого центра к менее горячим стенкам.

При выборе сковородок также стоит обращать внимание и на материал ручки. Если она пластиковая или деревянная, вы не сможете переставить сковородку с плиты в духовку для дальнейшей термообработки. В случае чугуна идеальный вариант, если и сковородка, и ручка сделаны из одного материала. И не стоит бояться обжечься, нагревается чугунная ручка очень медленно

Если постараться найти минусы для чугуна, то можно назвать три:

• он тяжелый, но хрупкий;

• его нельзя мыть в посудомоечной машине;

• если чугунной посудой пользоваться ежедневно, то проблем нет, но если доставать «бабушкину сковородку» из шкафа раз в месяц, то хранить ее лучше не просто в сухом и чистом виде, а желательно смазав маслом.

Новую чугунную посуду надо особым образом подготовить к работе – прокалить с растительным маслом, которое, сгорая, как раз и создает антипригарную пленку. Если мыть чугун в посудомойке, эта пленка разрушается. Если все же чугун «испортился» (начал ржаветь, к нему что-то пригорело-прикипело и т. д.), то недостаток можно «исправить», прогрев в посуде обычную соль до кремового цвета

Металл под прикрытием

Существует немало форм для жарки и запекания с различными покрытиями, обещающими антипригарным эффектом. Про эмаль мы уже поговорили в разделе, посвященном кастрюлям.

В минувшем веке первое место в рейтинге антипригарности занял **тефлон (фторопласт)**. Сковородки, сотейники, противни,

формы для кексов и разъемные формы для тортов. Легкие, удобные, практически не требующие дополнительного жира для смазывания. Тем не менее и у тефлоновых форм есть свои минусы.

Это покрытие недолговечно. С ним надо быть очень аккуратными: забыть о металлических лопатках, жестких мочалках и т. д., полностью закрывать продуктами дно посуды при готовке. Но самое главное, тефлон не переносит слишком сильного нагрева. При температуре свыше 200 градусов он начинает скукоживаться и отслаиваться от стенок формы. Стоит также иметь в виду, что фторопласт сам по себе безопасен для человеческого организма, но при его термическом разложении образуются токсичные вещества.

Еще один современный вариант покрытия – **керамика**. В отличие от керамических горшочков, предназначенных только для духового шкафа, сковородки с керамическим покрытием используются и на открытом огне. Такое покрытие выдерживает высокую температуру лучше тефлона, но и в этом случае готовящиеся продукты должны полностью покрывать дно сковородки.

> Когда выпечка пригорает в духовке, часто советуют поставить на дно духового шкафа емкость с водой. Делать этого не стоит, потому что нижняя часть ваших пирогов просто станет отсыревать под воздействием пара. Но можно поставить в духовку емкость с каменной солью: соль отлично будет распределять и удерживать жар, поможет блюдам быстрее приготовиться и не даст им подгореть. Более радикальный метод – вместо соли положить на дно духовки два обычных кирпича, эффект будет точно такой же

Стекло и керамика

Во-первых, это просто красиво – прозрачное стекло и разноцветная керамика. Во-вторых, такие формы довольно практичны, хотя и хрупки: они хорошо держат теплоту и равномерно ее распределяют, в них можно одновременно готовить даже разные по структуре продукты (например, мясо и картофель). Эта посуда долго сохраняет блюдо горячим и не чувствительна к очень высоким значениям температуры; годится для готовки в духовке и микроволновой печи, а также для хранения пищи в холодильнике.

Однако керамика и стекло не выдерживают резкой смены

температуры. Достать из холодильника керамический горшок и отправить его в разогретую духовку нельзя. Если вы заложили в такую форму холодные ингредиенты, тогда отправляйте все в холодную духовку, а потом постепенно увеличивайте температуру. Если залили ингредиенты горячим бульоном или соусом для томления – можно отправить и в горячую.

Запекать в стекле и керамике лучше блюда с большим количеством соуса или те, которые могут «отдыхать» (остывать) прямо в форме. Это не тот случай, когда форма ставится в холодную воду, чтобы проще было вынуть ее содержимое.

Силикон

Силикон достаточно новый материал, но он уже успел завоевать популярность. Прочный, удобный, легкий в использовании и уходе. Выдерживает температуру от –40 (и ниже) до 280 градусов (иногда и выше). Нет необходимости смазывать его маслом, замороженные в силиконовых формочках полуфабрикаты можно сразу отправлять в духовку. Готовое блюдо без усилий извлекается из мягкой силиконовой формы – ее достаточно просто вывернуть наизнанку. Силикон просто моется (в том числе и в посудомоечной машине). Годится для использования не только в духовке, но и в микроволновой печи. Категорически не подходит для открытого огня!

Но… идеальной посуды не существует, недостатки можно найти и у прекрасного силикона. Он слишком мягкий. В случае мелких формочек для порционных кексов это не так заметно, но если готовить кекс на килограмм, то мягкость и гибкость могут серьезно осложнить процесс. Иногда получается так, что «форма не держит форму», и требуются или дополнительное «кольцо жесткости», или устойчивая подставка. Перед тем как налить тесто в силиконовые формы, их сначала хорошо бы установить на противень, подставку или решетку.

Помимо форм для выпечки, из силикона производят лопатки и шпатели, скалки, кисточки для смазывания, выемки, подставки, кондитерские шприцы, прихватки. В силиконовых формочках готовят не только горячие блюда, но и холодные: заливное, желе, мороженое, сорбе; в них формуют конфеты. Незаменимая вещь – силиконовый коврик, который позволяет раскатать и сформировать различные рулеты, а также служит подложкой при выпекании таких деликатных изделий, как пирожные безе, а также эклеры или другие виды

профитролей

Колюще-режущие инструменты

Существует ли универсальный нож, который может заменить практически весь кухонный колюще-режущий арсенал?

• Можно сказать, ближе всего к идеалу нож, который носит название **«шеф»** (он же **нож повара**, **французский нож**, **нож немецкого повара**). У него широкое лезвие длиной от 15 до 30 см (чаще всего 20–22 см). В верхней (незаточенной) стороне лезвие утолщается для лучшей балансировки; рукоять, как правило, тяжелая, в длину не менее половины лезвия. Это многофункциональный нож – он используется для резки и мяса, и рыбы, и овощей. Многофункциональный, но, увы, неуниверсальный.

В качестве обязательного кухонного минимума необходим нож помельче, потому что в случае мелких операций – например, чистки овощей – трудно орудовать такой махиной, как шеф. Тут нужен нож не длиннее 10 см и с острым кончиком, лезвие может быть прямым, а может – изогнутым (что позволяет облегчать работу с овощами неровных форм).

Два этих ножа являются основой кухонного арсенала, но все-таки их недостаточно.

Шеф – замечательный нож, никто не поспорит, но вряд ли вы захотите нарезать одним лезвием и сырое мясо, и хлеб, и сыр, и торты.

• Вам пригодится **хлебный нож** с длинным прямым лезвием одинаковой ширины с обеих сторон и с мелкими зубчиками в режущей части. Эти зубчики помогут вам не раскрошить мягкий

хлеб при нарезке, не смять хрустящую корочку.

> Для серьезной кухонной работы рукоятка ножа не менее важна, чем его лезвие. Во-первых, рукоятка должна быть по размерам пропорциональна клинку; во-вторых, большие ножи требуют увесистой рукоятки (для лучшей балансировки). И, наконец, мой личный пунктик: лезвие не должно заканчиваться там, где начинается рукоятка, но должно уходить вглубь нее (в идеале – на всю длину); лучший нож – цельный, рукоятка выполняет лишь роль «оплетки», защитную функцию, а не является отдельной прикрепленной деталью. С помощью массивной рукоятки, кстати, можно совершать простые кулинарные операции – отбивать мясо, давить чеснок и пр. Самое главное при выборе ножей – они должны «ложиться» вам в руку, быть удобными и по весу, и по форме

• Если вы предпочитаете покупать не полуфабрикаты, а разделывать рыбу и мясо самостоятельно, то вам понадобится **филейный нож**, той же длины, что и шеф, но вдвое уже. Он отлично справляется с резкой продуктов на тонкие ровные кусочки.

• Для более опытных кулинаров нелишним окажется и **кухонный тесак** – небольшой топорик с широким прямоугольным лезвием и утяжеленной рукояткой. Он предназначен не для нарезки, а для рубки: мясо или птица с мелкими костями, с хрящами – ничто не устоит перед топориком. Он отлично подходит для шинкования (способ нарезки, когда лезвие не отрывается полностью от стола), позволяя добиваться более ровной и тонкой нарезки капусты, репчатого лука и прочих овощей, что во многом обеспечивается тяжестью лезвия и рукоятки. Кстати, при выборе ножа не стоит бояться его большого веса – это, наоборот, плюс. Чем тяжелее нож, тем легче вам будет орудовать им.

• Самый высокий класс декоративной нарезки – карвинг (пришедшее из Таиланда искусство вырезания фигур и узоров из различных продуктов). Универсальный нож для карвинга называется **малым тайским ножом**, он короткий (6–8 см), лезвие тонкое, изогнутое, острое и довольно гибкое (из мягкой стали); такой нож надо держать не привычным нам образом, а скорее как художественную кисточку или карандаш. При определенном опыте такого ножа достаточно для создания самых замысловатых узоров.

• Интересен также нож **нуазетка** (или нуазеточный нож) – маленькая ложка (часто двойная, с разным диаметром чаш) с режущим краем, который позволяет сделать даже из очень твердых продуктов аккуратные шарики. Она идеальна для приготовления фруктовых салатов (прекрасно режет и дыню, и арбуз, и твердые яблоки). Помимо этого, нуазеткой можно нарезать сырой картофель или другие овощи перед запеканием или жаркой во фритюре.

С кухонными ножами дело обстоит так же, как с винными бокалами от Риделя: при особом желании и возможностях можно подобрать отдельный нож чуть ли не для каждого продукта или готового блюда или даже для каждой кухонной операции. Вам предлагаются ножи:

- **для помидоров;**
- **для сыра;**
- **для мягкого сыра;**
- **для пиццы;**
- **для торта;**
- **для устриц;**
- **обвалочные;**
- **карбовочные (карбование – декоративная нарезка овощей и фруктов. Такими ножами делают бороздки на кожуре лимонов, а также на очищенной моркови, чтобы потом ее нарезать «цветочками» или «звездочками»)**

• Большую популярность набирают **ножи керамические**, очень острые, легкие. Материал не подвержен коррозии, а значит, ножи практически не тупятся, ими можно ровно нарезать такие капризные продукты, как спелые сочные помидоры, и красиво

разрезать виноградинку на 12 частей (а вдруг понадобится). Но керамические ножи не работают в случае очень твердых продуктов (например, орехов, костей и заморозок, в том числе льда), а еще они очень хрупкие – при падении на пол могут вообще разлететься на мелкие кусочки.

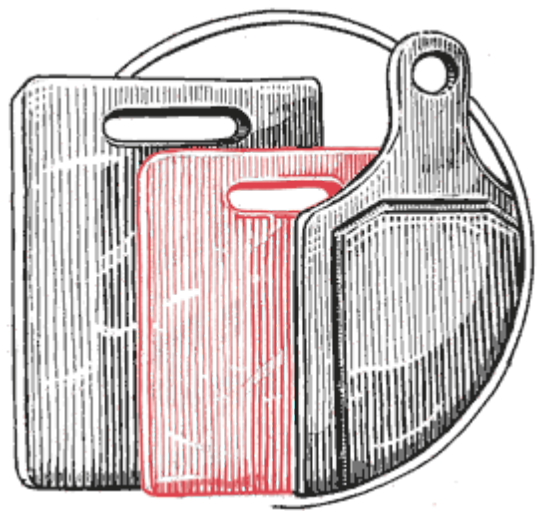
Хранение ножей: деревянные подставки с отдельным карманом для каждого ножа хороши, но не позволяют контролировать влажность и чистоту, что не совсем хорошо для кухонной утвари. Удобная вещь – магнитная доска, но керамические ножи к ней не крепятся. Универсальный вариант и для металлических и для керамических ножей – подставки с графито-каучуковым наполнителем.

Заточка требуется не всем современным ножам: керамику точить не придется, как и ножи-пилы (как хлебный нож) и те, у которых режущая кромка покрыта специальным твердометаллическим слоем, создающим эффект самозатачивания (нет, можно попробовать их поточить, но тогда вы только разрушите этот самый слой). Проще всего воспользоваться точильным камнем: бруски с крупным зерном предназначены для заточки и восстановления режущей формы, с мелким зерном – для правки. Точить ножи следует под углом 15–20 градусов, только справа (если смотреть со стороны рукоятки) и движением только вперед. Подходят для заточки и готовые приборы, в которые точильные диски встроены уже под правильным углом. Главное – помнить, что и нож, и точильный камень должны быть чистыми и влажными, не ленитесь их обильно смачивать водой. При неуверенности в своем точильном таланте время от времени можно отдавать ножи (особенно сложной изогнутой формы) для заточки в мастерскую.

Очень важный момент – материал, из которого сделаны разделочные доски. Чудесные стеклянные или каменные (мраморные или гранитные) доски служат долго, не подвержены органическим изменениям, не впитывают в себя сок продуктов, их легко мыть и сушить, но они быстро затупляют ваши ножи, а резать на них керамическими ножами и вовсе не рекомендуется. Поэтому лучший материал для разделочной доски – это все же дерево твердых пород или твердый пищевой пластик. Только желательно иметь разные доски для различных типов продуктов, как и ножи. То есть не резать хлеб на «мясной» доске или «рыбным» ножом. В некоторых случаях небольшие разделочные доски заменяют тарелки для сервировки. Так, к завтраку

подают хлеб, масло, сыр (и другие ингредиенты для бутербродов) на мраморных или гранитных дощечках, чтобы можно было сделать бутерброды по вкусу. На деревянные дощечки выкладывают и жареное мясо (стейки)

Серьезная заточка ножам из хорошей стали нужна не так уж часто, а вот править их следует регулярно (на производственных кухнях это делают практически перед каждой операцией, но то, как часто вы правите ножи дома, зависит от интенсивности их использования). Для правки идеально подходит мусат – стержень из твердой стали. Мусаты бывают и керамические, и с алмазным покрытием.

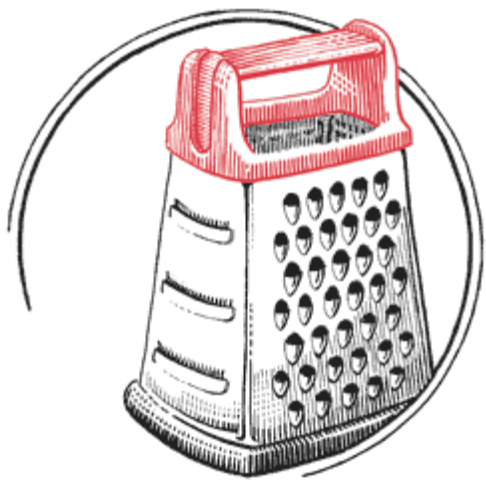


Кухонные гаджеты

Несмотря на обилие электротехники, все равно множество операций на домашней кухне мы производим вручную.

Для этих случаев придумано немало механических помощников – приспособлений, призванных облегчить нашу участь, а заодно и разнообразить наше меню.

• Прежде всего это различные **терки** – начиная с самых простых четырехгранных для разнообразной «нарезки» (широкими лезвиями они шинкуют капусту тонкой соломкой и нарезают тонкими прозрачными пластами редис, редьку, репу, огурцы) и заканчивая набором современных универсальных терок, которые могут нарезать картофель хоть кубиками, хоть брусочками, хоть кружочками, а также измельчать овощи в длинную узкую соломку (например, для моркови по-корейски) или даже фигурно. Существуют и миниатюрные терки для орехов, специй, пряностей, шоколада, но с ними успешно конкурирует следующий вид гаджетов.



• **Мельницы** для пряностей, соли, твердых сортов сыра (типа пармезана) чаще всего устроены так, что не имеют накопительного отсека (который есть у мельниц для кофе), а измельченная приправа попадает сразу в тарелку. Бывают наборы баночек для специй со сменным измельчающим механизмом: смолол крупную морскую соль – переставил механизм на вторую баночку, смолол перец – на третью, с розмарином. Но у такого набора есть существенный недостаток – крупинки перемолотых продуктов остаются в мельнице, и поэтому вы получаете все

вперемешку: соль (от которой особенно трудно избавиться), перец, розмарин. Самое главное, на что стоит обратить внимание при выборе мельничек, – регулируется ли величина помола.

• Помимо мельниц для сухих специй и приправ, существуют **мельнички для свежей зелени** – мяты, укропа, эстрагона, тимьяна, шалфея. Эти устройства, измельчающие свежие травы без потери сока, дадут фору не только простому ножу, но даже специальным ножницам для зелени. К этой же категории гаджетов относятся **чопперы**, проще говоря, измельчители в виде пресса, незаменимая вещь при нарезке репчатого лука и средним кубиком, и мелкой крошкой, годятся чопперы и для резки других овощей.

• Большие возможности для оформления блюд предоставляют различные ножи для фигурной нарезки – от многофункциональных **пилеров** до простых **овощечисток**, с помощью которых овощи можно не только чистить, но и нарезать широкими полупрозрачными ломтиками, практически лентами (и которые иногда даже могут заменять сырорезки или трюфелерезки).

• Интересны также специализированные **ножи для обработки фруктов и овощей**. Например, мандолины, позволяющие нарезать помидоры тонкими пластами, не сминая их, или приспособления для удаления сердцевины из яблока, некоторые еще и разрезают его на ломтики. Существуют ножи для разделки дынь, арбузов и специальный нож для ананаса, с помощью которого можно разделить ананасную мякоть на ровные кольца без сердцевины, оставляя кожуру в виде полой чаши (она может пригодиться для сервировки фруктовых салатов, крюшонов и т. д.).

• Кстати, для тех, кто только начинает оттачивать кулинарное мастерство и немного побаивается острых ножей, давно уже придуманы различные приспособления (иногда прикрепленные сразу к ножам). Например, **металлические колпачки** оберегают пальцы левой руки от порезов при быстрой шинковке, хотя в принципе достаточно правильно держать руку, подбирая внутрь верхние фаланги пальцев, – тогда даже соскочивший нож вас не поранит.

• **Термометры** – довольно полезная вещь для домашней кухни. И не только те, что контролируют температуру в духовом шкафу, но и термометры-щупы, показывающие внутреннюю температуру продукта, а значит, и сигнализирующие о его готовности (нужная вещь при готовке мяса как крупным куском, так и порционно). Существуют «умные» кастрюли с внешними термометрами и термометры-ложки (для детского питания,

например, хороши ложки, меняющие цвет в зависимости от температуры блюда).

• Соблюдающим диету незаменимую пользу принесет **диспенсер** (дозатор) для растительного масла. Когда считаешь каждый миллиграмм жира, гораздо удобнее просто сбрызнуть из диспенсера салатные листья (покрывая всю плоскость), чем лить масло из бутылки или отмерять ложками. Благодаря диспенсеру с распылителем масла расходуется в десятки раз меньше.

• Отличная штука для приготовления холодных закусок из мяса или птицы – **ветчинница**. Это металлическая банка, дно и крышка которой фиксируются пружинами. Когда мясо запекают, объем его уменьшается и пружинки стягиваются, создавая эффект пресса, поэтому даже из мелких кусочков мяса (с добавлением овощей, сыра, грибов или даже круп) получается цельный прессованный кусок – его следует охладить и нарезать тонкими ломтиками. У ветчинниц есть лишь один существенный недостаток: даже те, что предназначены не для большой кухни, а для домашнего использования, чаще всего очень объемны – как правило, на 1,5 кг, – и меньше мяса в такой «банке» не приготовить (не достичь эффекта спрессовывания).

• Много гаджетов, казалось бы, узкой специализации имеют довольно широкое применение. Например, **газовая горелка для крем-брюле**. Устройство для приготовления прекрасного десерта с карамелизованной корочкой также годится:

• чтобы быстро создать уверенную корочку на запеченном или тушеном мясе;

• для опаливания птицы (от остаточных перьев);

• для опаливания кожицы на свежих паприке или баклажанах (для ее легкого снятия);

• при плавлении сыра;

• а также для много другого (один раз я даже меняла эксцентрические патрубки при помощи такой горелки, но это совсем другая история).

• Что касается многофункциональных кухонных штучек, поищите у себя в шкафу самую примитивную старую **чеснокодавилку** – щипцы тяжелого металла с прессом на конце. Вещица способна не только давить чеснок, но и колоть грецкие орехи, а если вы видите на одной рукоятке небольшой штырек, а на другой углубление, значит, вашей чеснокодавилкой можно вынимать косточки из вишен, черешен и оливок.

• **Капучинатор** – миниатюрный миксер для горячего молока, что-то типа пружинки на батарейках (или без них). Он взбивает горячее молоко для капучино, справится со сливками и даже с порционными омлетами (на одно яйцо); им можно тщательно размешивать манную кашу в процессе варки, тогда она точно не соберется в комочки.

• Взбивать горячее молоко в большом количестве (если нужно приготовить капучино на всю семью) можно при помощи обыкновенного **френч-пресса**. Простое устройство для заваривания кофе и чая, однако если его наполовину заполнить горячим молоком и в течение минуты совершать поступательно-возвратные движения поршнем, то вы получите довольно крепкую молочную пену. Кстати, выбирая френч-пресс (или новую колбу взамен разбившейся), обратите внимание, что давно уже придуманы цельнометаллические френчи, которые, во-первых, никогда не разобьются и не лопнут от перепада температуры, во-вторых, благодаря двойному слою металла могут служить чем-то вроде термоса, сохраняя ваш напиток горячим или охлажденным. Используя же френч-пресс по его основному назначению – для приготовления кофе или чая, – стоит помнить о том, что процесс заваривания происходит только до тех пор, пока вы не опустите поршень. Опустили – уже все, крепче не будет.

• Немало разных устройств призваны видоизменять привычные продукты. Так, **кубаторы** придают вареным яйцам

кубическую форму (интересный вариант для сэндвичей, салатов и других холодных закусок). Для яиц придумано вообще много форм и формочек, таких как различные силиконовые фигурки для жарки порционной глазуньи из одного яйца – сердечки, машинки, мишки, ежики, звездочки. Хотя для фигурной яичницы можно использовать и простые кольца паприки или лука – это и красиво, и съедобно.

• **Формочки и выемки**, наверно, самый распространенный кухонный инвентарь. Их используют для приготовления печений или конфет, а также для формовки и лепки пельменей, вареников, чебуреков: вырезают ими кружок теста определенного диаметра и крепко защипывают его, причем так, чтобы получился узорный край.

• Но вот один новомодный кухонный гаджет я не рекомендую. Речь идет о **тендерайзере.** Это пресс – разрыхлитель для мяса, он бывает различных конфигураций, но принцип работы всегда одинаков: устройство делает в мясе глубокие (или даже сквозные) проколы, тем самым разрушая мышечную структуру. Данная операция заменяет отбивание молотком, но есть нюансы.

Дело в том, что патогенные микроорганизмы скапливаются именно на поверхности стейка, не попадая внутрь мяса, и это позволяет жарить говяжьи стейки с кровью (поверхность «запечатывается» при довольно высоких значениях температуры, при которых убиваются бактерии). Но тендерайзер, протыкая мясо насквозь, как раз способствует проникновению бактерий, которые впоследствии не убиваются короткой термообработкой. Тендерайзер годится, если мясо жарить до полной готовности, но для *blue* или *rare* – отказать!

Бытовая техника

Выбор бытовой техники, при помощи которой мы обрабатываем и храним продукты, не менее важен для получения результата, чем выбор ингредиентов. Есть ли определенный минимум оборудования, без которого не может существовать современная домашняя кухня? Какие приборы помогают нам сэкономить время и силы, а какие могут помочь разнообразить наше меню или даже полностью изменить сам стиль готовки?

Крупная бытовая техника

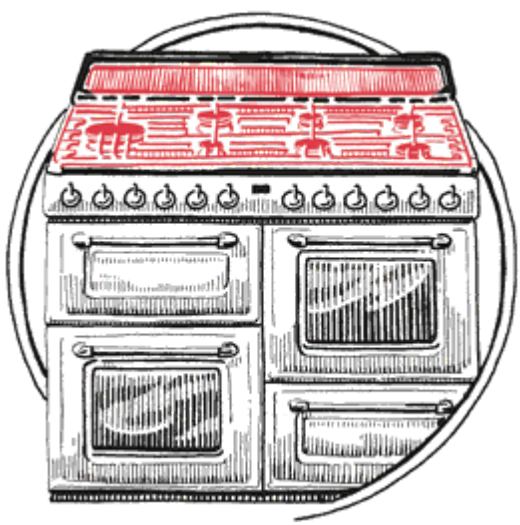
Плита

Это главный предмет на любой кухне – без нее кухня практически невозможна. Первый вопрос при выборе плиты кажется очевидным: газовая или электрическая? Конечно, все зависит от того, газифицирован ли ваш дом, потому что электроплита при наличии газа может оказаться довольно дорогим удовольствием. Если же дом не газифицирован, то и выбирать не приходится.

Начнем с **газовой плиты** – с ее недостатков и преимуществ, а также поговорим о всевозможных модификациях и расширенных функциях.

Первый и основной плюс газа – быстро и легко регулируется сила нагрева, что во многом упрощает процесс готовки. Второй – при использовании конфорки без рассекателя мы получаем открытый огонь, позволяющий выполнять разнообразные вспомогательные и основные операции – опаливание птицы, «обугливание» кожицы на баклажанах и т. д.

Как правило, современные плиты оборудованы газ-контролем (совершенно необходимая система при наличии в семье маленьких детей или пожилых родственников). Он останавливает подачу газа в случае, если огонь гаснет (например, когда при бурной варке жидкость выплескивается из кастрюли и заливает горящий газ), и делает безопасным поворот ручек без зажигания огня.



Количество конфорок – от двух до шести (или даже до восьми), причем использовать можно все одновременно (что не всегда бывает возможно с электрическими плитами, слишком большая нагрузка на сеть). Встречаются интересные конфигурации варочной поверхности на пять конфорок (пятая, самая мощная, монтируется в центре, и на ней можно нагревать посуду большого размера, типа казана).

На этом плюсы газовой плиты заканчиваются. Начинаются минусы. Огонь дает копоть, которая жирной пленкой оседает на потолках, стенах, кухонных полках. Кухонная вытяжка над газовой плитой необходима, хотя и она не очень спасает, если честно. Для уменьшения количества копоти существуют довольно интересные решения типа стеклокерамических колпаков на каждую конфорку, но, увы, они не долговечны (сами могут быстро закоптиться до такой степени, что затруднят регулировку нагрева).

Стоит признать, что сегодня делается упор на развитие технологий в первую очередь для **электрических плит**, а новые дома чаще всего не подключаются к газовым сетям. Поэтому выбор электроплит очень велик: от старомодных чугунных «блинов» до таких чудес, как плита индукционная.

Простые **«блины»** долго нагреваются и долго остывают, зато им не вредят ни перепады температуры, ни мелкие царапины; они легко отмываются и работают независимо от материала, из которого изготовлена кухонная посуда.

Электрические **плиты из стеклокерамики** нагреваются быстро, причем эффективность их работы зачастую зависит от диаметра дна посуды (фактор, который нужно учитывать: посуда не должна быть больше или меньше «конфорки»). Однако стеклокерамика довольно капризна, ее легко поцарапать, она чувствительна к жидкостям, которые могут случайно на нее попасть (жиро– и сахаросодержащие жидкости мгновенно прикипают к поверхности, сахар и жир начинают гореть, и их нельзя оставлять на «помою потом, когда приготовится» – необходимо быстрое реагирование).

Отдельная группа – **индукционные плиты**. Конфорки, оставаясь холодными, рекордно быстро нагревают посуду, не уступая в скорости газовым плитам. Регулировка температуры нагрева осуществляется просто и точно – в этом плане индукционные плиты выигрывают и у других электрических, и у газовых плит. Плохо то, что индукционные плиты работают за счет электромагнитного излучения, поэтому для них подходит только посуда с «магнитной проницаемостью» (проще говоря, с

намагничивающимся дном). При покупке индукционной плиты вовсе необязательно обзаводиться новыми кастрюлями и сковородками, выкинув все старые, – достаточно взять магнит и проверить, прилипает ли он к их дну. Помимо намагничивания, для индукционных плит (как, впрочем, и для плит со стеклокерамическим покрытием) важно, чтобы дно посуды было ровным и гладким, без шершавостей и углублений в центре. Для тех случаев, когда диаметр дна столь мал, что индукционная плита просто «не видит» его, есть специальные металлические диски, позволяющие использовать даже джезвы для кофе, мелкие ковшики и т. д.

То, что конфорки индукционной плиты не нагреваются сами по себе, является огромным преимуществом. Во-первых, никто не обожжется при случайном прикосновении к конфорке, не загорятся полотенце или прихватка, во-вторых, самое важное – при «убегании» бульонов, молока или сиропов жидкость не будет прикипать к поверхности плиты.

Духовой шкаф

Современные электрические духовки, безусловно, выигрывают у газовых. Да, газовые духовые шкафы сегодня также бывают со встроенным грилем (верхним нагревом) и электрическим приводом для вертела. Но никакая газовая плита не может обеспечить одновременный верхний и нижний нагрев, не снабжена принудительной вентиляцией и, главное, не гарантирует точность выставленной температуры.

Газовую духовку можно очень сильно разогреть, но вот с низкими значениями температуры у нее проблемы. Будучи оснащена термометром, она едва способна держать температуру до 100 градусов, тем более «поймать» ровные 150–160 градусов. В электрических же духовках можно добиться нужного нагрева начиная чуть ли не с 30–40 градусов (идеальный вариант, например, для расстойки дрожжевого теста, для высушивания трав и прочих операций, требующих минимальной, но устойчивой температуры). Поэтому применять к процессу запекания принцип «поставил и забыл» реально только с электрическим духовым шкафом, он вас не подведет.

Даже в домах, подключенных к газу, и при наличии газовой варочной поверхности лучше иметь электрическую духовку – это самый рациональный вариант. Ну и опять-таки, в газовой духовке образуется все та же копоть, которая оседает не только на ее стенках и на посуде, но и на еде.

Холодильник

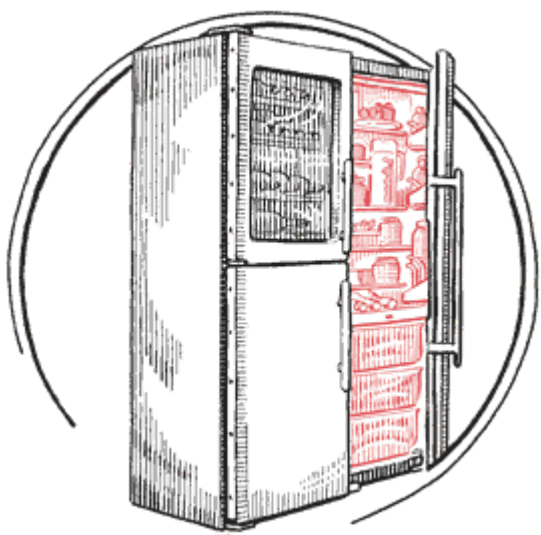
Чтобы правильно выбрать холодильник, нужно обращать внимание на следующее:

• Класс энергопотребления (обозначается буквами от А+ + до G, где А+ + – самый экономичный). В наших условиях точно не стоит увлекаться моделями классом ниже А (А+, А+ +).

• Размеры и объем. Рассчитать нужный общий объем холодильника довольно просто: на каждого члена семьи – не меньше 100 л. Так, для семьи из двух человек достаточно холодильника на 200–240 л, а на троих может потребоваться уже 300 л и более.

• Морозильная камера. Она должна быть изолирована. Большим семьям и тем, кто любит делать запасы, возможно, целесообразнее обзавестись вообще отдельной морозилкой, но, даже покупая «два в одном», нужно иметь в виду, что это должны быть изолированные камеры.

• Система размораживания. В идеале холодильник должен быть оснащен системой *No Frost* – вентиляцией, помогающей выводить избыточную влагу наружу (где она испаряется).



Некоторые современные холодильники могут подавать звуковой сигнал, предупреждающий, что дверца неплотно закрыта, и сообщать с помощью дисплеев о температуре внутри. Приятные бонусы, но они не так важны, как система шоковой заморозки со специальным отделением (обычно в морозилке), позволяющим очень быстро заморозить (за счет направленного движения воздуха) продукт до –35 градусов и ниже. Если вы сами

замораживаете впрок ягоды, фрукты, овощи, грибы или хотя бы просто готовите домашние пельмени, такая технология поможет вам по максимуму сохранить пищевую ценность замороженных продуктов. Хранить продукты, подвергшиеся шоковой заморозке, лучше в обычной морозилке при –18 градусах.

Еще одна технологическая новинка в холодильниках – зона свежести, или нулевая камера. Если температура в морозильной камере –18 градусов, в холодильной – 2–6 градусов, то в зоне свежести – всегда ноль. Она долго сохраняет качества свежей зелени, овощей, фруктов, молочных продуктов, свежей рыбы и мяса; используют ее и для медленной разморозки продуктов

Мелкая кухонная техника

Если плита, духовка и холодильник относятся к основному кухонному оборудованию, то все остальные девайсы факультативны и служат скорее для облегчения труда, ускорения процессов готовки.

Давайте разберемся, что из мелкой кухонной техники действительно необходимо, а что просто украшает жизнь и помогает разнообразить наше меню.

Для начала хорошо бы осознать, что многофункциональная профессиональная аппаратура нужна только для приготовления пищи в промышленных масштабах. Если вы не готовите ежедневно хотя бы на 8–10 человек, то комбайн с чашей в 2–3 л вам ни к чему, потому что взбить в ней пару яичных белков для крема или сливки для кофе вы точно не сможете.

Именно кухонные комбайны, универсальные и многофункциональные, чаще и быстрее других отправляются на самую дальнюю полку. Спустя пару недель после их покупки оказывается, что смешать для утреннего омлета два яйца с молоком по-прежнему сподручнее венчиком или даже просто вилкой, а одну морковку проще натереть на обычной терке, чем собирать этот сложнейший агрегат, делать «вжжжик», потом его разбирать, чистить, мыть, сушить и убирать на место…

Стоит принять во внимание, что многофункциональность не всегда гарантирует одинаково высокое качество выполнения различных операций.

Какую бы технику вы ни выбирали, следует учитывать:

• насколько просто с ней работать;

• легко ли она собирается и разбирается;

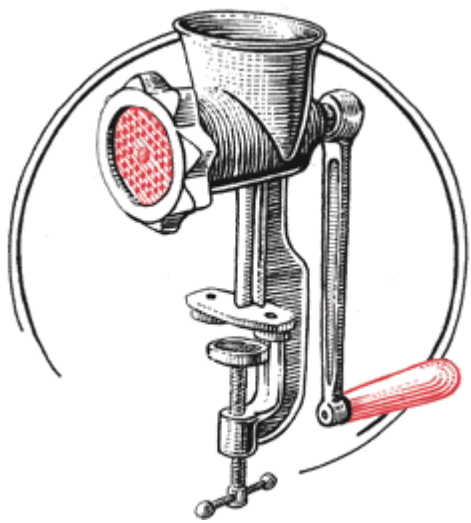
• легко ли ее мыть или дезинфицировать (и можно ли мыть рабочие инструменты в посудомоечной машине).

Базовый набор мелкой техники

• **Мясорубка**. Современные приборы бывают самых различных конфигураций – с насадками для набивки домашних колбас, для формовки печенья или макаронных изделий, с соковыжималками, терками, шинковками. Но дополнительные насадки можно докупить и позже, если вы поймете, что они вам действительно необходимы. А изначально нужна именно мясорубка, потому что с ее функцией не справится ни один сверхмощный блендер, который скорее мнет и рвет мясо, чем перемалывает его.

Мясорубка также поможет вам подготовить (без дополнительных насадок) панировочные сухари и измельчить твердые овощи для начинок или котлет. Картофельные драники, тыквенные оладьи, пельмени с фаршем из редьки или капусты – приготовление всех этих блюд не отнимет у вас много времени и сил. Кроме того, мясорубка измельчает рыбу, не пропустив ни одной косточки (даже самые мелкие остаются по ту сторону решетки).

Многие мясорубки снабжены кнопкой «Реверс», благодаря которой можно провернуть в обратную сторону шнековый вал. Эта кнопка гарантирует легкую очистку мясорубки по окончании работы, но при достаточной мощности такая функция просто не нужна.



• **Блендер и миксер** как раз могут представлять собой «два в одном» или даже «три в одном»: погружной блендер, блендер-стакан плюс венчик для взбивания.

Блендер-стакан нужен для приготовления молочных коктейлей, смузи, паштетов, для измельчения орехов, зелени, чеснока. В нем можно даже колоть лед – если это позволяет мощность агрегата и есть нож специальной конфигурации.

Погружной блендер годится для измельчения только влажных продуктов (зелени, но не орехов или сухих специй), зато им можно работать прямо в кастрюле, в которой, например, варился суп. Только не стоит при помощи блендера пытаться сделать картофельное пюре: вместо пушистой воздушной массы вы рискуете получить вязкий сероватый клейстер (при тщательном измельчении крахмал клейстеризуется). Картофель лучше просто размять толкушкой (вилкой, ложкой), добавить горячее молоко и

взбить до пушистости миксером, но точно не блендером.

Насадки для миксера также бывают разные: венчик для взбивания кремов, соусов, яиц и жидкого теста, а также лопатки или спиральки для вымешивания густого теста. Достаточно мощным миксером яичные белки взбивают в крепкую устойчивую пену за 3 минуты, а майонез с его помощью готовят за 5 минут.

Редко, но может пригодиться

• Например, для любителей завтракать бутербродами незаменимы **тостер**, **ростер**, **бутербродница** и **вафельница**. Бутербродницы бывают различной модификации, со сменными панелями, позволяющими, помимо горячих бутербродов, выпекать мягкие (бельгийские) вафли, блинчики и даже грилировать мясо или рыбу. Только стоит помнить, что грили должны быть изготовлены из более прочных материалов, нежели простой тефлон для бутербродниц.

Выбирая мелкую бытовую технику для кухни, обращайте внимание на следующие моменты:

• **Материалы.** Пластиковый корпус вполне допустим, но вот рабочим деталям из пластика точно не место в хорошем электроприборе. И шнековый вал мясорубки, и лапа погружного блендера должны быть изготовлены из металла (в идеале из нержавеющей стали).

• **Мощность.** Блендеры, мясорубки, комбайны мощностью менее 700 Вт бессмысленны, а устройства, потребляющие более 1000 Вт, вряд ли нужны в домашних условиях.

• **Уровень шума, производимого во время работы.** Уровень шума до 30 дБ не мешает сну (например, уровень шума холодильника не должен быть выше 40 дБ, нормы шума для техники, работающей непостоянно, не должны превышать 70–75 дБ)

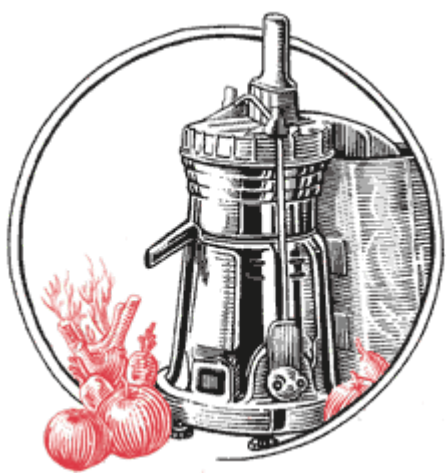
• **Хлебопечка** – нужная вещь для большой семьи любителей хлебобулочных изделий. Позволяет фантазировать и сочинять различные рецепты со всевозможными добавками (морковный хлеб, банановый, картофельный и многое другое). Но хлебопечка довольно часто оказывается в кладовке после пары месяцев

экспериментов (чаще всего потому, что количество поедаемого вкуснейшего теплого хлеба начинает грозить талии). Стоит также помнить, что свежий хлеб рекомендуется употреблять после того, как его температура достигнет комнатной, именно тогда он считается «созревшим», а горячий хлеб нашим организмом усваивается с трудом.

• **Соковыжималка**. Если вы любите сок из цитрусовых, можно использовать механические прессы (которые мало чем отличаются от электрических). Однако для прочих плодов соковыжималки нужны только при масштабной заготовке овощей и фруктов, выращенных на приусадебном участке.

Если говорить о здоровом питании, то следует понимать, что даже в свежевыжатых соках витаминов и прочих полезных веществ гораздо меньше, чем в самих овощах и фруктах. Соки, лишенные клетчатки, – это удар быстрых углеводов (сахаров) прямо по поджелудочной, а витамин С, который мы более всего ценим в свежих фруктах, во время измельчения в значительной степени разрушается.

• **Электросушка** необходима только тем, кто делает запасы на зиму, – для быстрого и равномерного высушивания грибов, ягод, фруктов, зелени и пр.



Малофункционально

И напоследок отметим приборы, которые на первый взгляд кажутся мечтой хозяйки, а на деле зачастую оказываются на кухне лишними.

• **Пароварка (рисоварка)** легко заменяется конструкцией, которая представляет собой мелкую решетку или дуршлаг, положенные на кастрюлю с кипящей водой.

• **Аэрогриль** гораздо менее функционален и удобен, чем духовой шкаф с грилем.

• **Маринатор** – вещь довольно бесполезная, производители обещают «быстрое маринование мяса, рыбы, птицы против обычных 10–12 часов», но ни мясо, ни рыбу и не стоит мариновать так долго, 30–40 минут вполне достаточно.

• **Йогуртница** заменяется обычным термосом.

• **Фритюрница** гарантирует огромный расход масла (трудно найти фритюрницу с чашей менее 2 л, а хранить и использовать то же масло раз в несколько дней категорически не стоит).

• **Электрооткрывалка** может вам понадобиться в том случае, если вы и ваша семья питаетесь исключительно консервами и вам приходится открывать по 10–12 банок в день (на завтрак, обед и ужин), хотя в наше время большинство консервов уже оборудовано специальным кольцом, так что и механическая открывалка не так уж часто бывает нужна.

Другие приборы

• **Скороварка.** В прошлом веке она была двух типов: электроскороварка и прибор для нагревания на плите. Обращались с ними очень осторожно, при работающей скороварке детям не позволяли шуметь, кричать и бегать – «а то вдруг взорвется». Современные скороварки уже не столь взрывоопасны и чаще в наши дни встречаются все же электрические.

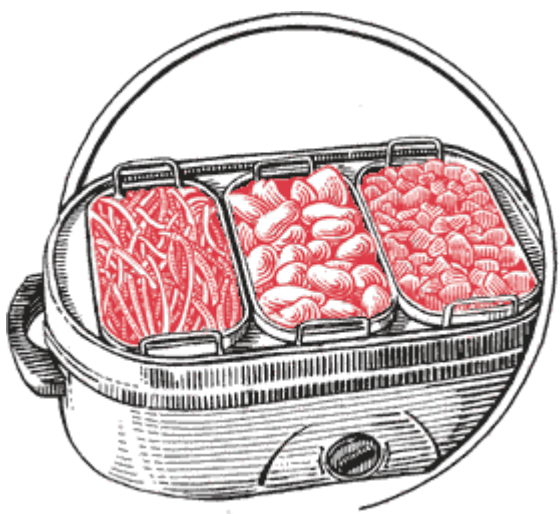
Принцип работы скороварки довольно прост: за счет тяжелой герметичной крышки создается эффект избыточного давления, пар скапливается внутри посуды, таким образом повышаются

температура и соответственно скорость приготовления продуктов. Отличный вариант для быстрого тушения жесткого мяса, кислой капусты, бобовых, твердых круп типа перловки.

То, что в обычной кастрюле варится 2–3 часа, готовится в скороварке за 40–45 минут.

• **Медленноварка.** В ней применяется совершенно иной способ термообработки: длительное томление при низких значениях температуры (60–80 градусов). В медленноварке можно делать блюда, очень похожие по вкусу на те, которые готовятся в русской печи. В ней отлично получаются смешанные блюда – жаркое, мясо с овощами, мясо с крупой, потому что все продукты закладываются одновременно, но ни один из них не разваривается в кашу (низкая температура не нарушает клеточную целостность продуктов). И еще – совершенно изумительные прозрачные бульоны, особенно крепкие типа аспика или фюме.

Несмотря на абсолютно различные принципы работы, у скороварок и медленноварок есть одно общее преимущество – они помогают максимально сохранить количество витаминов в пище: первые за счет скорости нагрева, вторые – низкой температуры.



• **Су-вид** (от французского *sous-vide,* «под вакуумом») – достаточно новый агрегат на наших кухнях, и даже не столько агрегат, сколько технология: приготовление пищи в вакууме, причем при низких значениях температуры (также около 70 градусов). Продукты запечатывают в пластиковый мешок с клапаном для откачки воздуха, а потом долго томят при низкой температуре (под воздействием горячего воздуха или воды). При

этом продукт не теряет природной сочности, его аромат и вкус остаются концентрированными; питательные вещества не экстрагируются во внешнюю среду; в вакууме не происходит окисления, и структура продукта сохраняется довольно хорошо даже при длительной термообработке.

В технологии су-вид сочетаются принципы работы медленноварки и вакууматора (приспособления для откачки воздуха из пакета, которое, кстати, может пригодиться и для хранения свежих продуктов или готовых блюд). Профессиональные машины (ресторанное оборудование) носят название циркулятор, в домашнем обиходе используются су-вид-печки. Есть и простые погружные термостаты типа кипятильников, нагревающие воду до нужной температуры и не выше.

Но даже без специального электроприбора технологию су-вид возможно применить в домашних условиях. Необходим только термометр, и даже вакууматор необязателен: достаточно использовать простые застегивающиеся пакеты, герметичные контейнеры и пр.

Готовить при низких значениях температуры лучше всего на водяной бане, так проще регулировать нагрев. Для этого можно воспользоваться и электродуховкой (при нагреве до 70 градусов).

Имейте в виду, что готовка по методу су-вид займет очень и очень много времени (правда не требуя вашего участия), но в некоторых случаях результат того стоит. Я бы не советовала варить таким образом «идеальные» яйца-пашот, потому что вы потратите на это целый час. Но вот мясной рулет или даже просто крупный жилистый кусок мяса (готовится в вакууме от 6 до 10 часов) не заставят вас пожалеть о потраченном времени.

С осторожностью отнеситесь к готовке мяса, рыбы, птицы при температуре ниже 70 градусов (во многих рецептах рекомендуется 52 градуса) на протяжении нескольких часов – в этом случае вам могут угрожать анаэробные бактерии, способные развиваться в бескислородной среде.

• **Мультиварка.** Когда китайцы наводнили рынок своими паро– и рисоварками, выяснилось, что их охотно покупают в восточных же странах, а в Европе они большим спросом не пользуются. Поэтому китайцы приделали к пароварке еще пару кнопок, назвали ее мультиваркой и заявили, что в ней теперь можно готовить не только рис, но вообще что угодно. Сейчас мультиварки имеют самые различные мощность, конфигурацию и уровень управляемости – до фантастического, когда вы можете «общаться» с этой «умной» кастрюлей по телефону или Интернету (выезжая с работы, дистанционно ее включить, чтобы к вашему

приезду был готов горячий ужин).

Мультиварка выполняет функции гриля (если оснащена специальной насадкой с верхним нагревательным элементом), пароварки, скороварки и медленноварки (а значит, в ней можно готовить и по технологии су-вид).

В принципе, не всегда надо полагаться на запрограммированные режимы данного агрегата, допускаются эксперименты: жарка мяса в режиме «Выпечка» или приготовление супа на кнопке «Плов».

Настоящий плов эта шайтан-машина, конечно, не сделает, но приготовить на пару овощи (брокколи, цветную капусту или романеско, спаржевую фасоль и пр.) может за 3–4 минуты. В режиме «Скороварка» мультиварка меньше чем за полчаса управится с тушением кислой или свежей капусты, жесткого мяса – крупным куском или нарезкой, за четверть часа запечет для салатов и винегретов такой «долгий» корнеплод, как свекла. В режиме «Медленноварка» сварит за ночь идеальный прозрачный бульон – для супов или холодца. А режим «Выпечка» даже поможет вам «изобразить» вполне сносный кекс или бисквит. В мультиварке можно готовить и йогурты (некоторые модели уже снабжены набором керамических стаканчиков для порционирования), отлично получаются и творожные пудинги. Не составит труда сварить в мультиварке рассыпчатый рис или другую крупу – вам не придется ни тщательно помешивать, ни приглядывать за процессом.

Чего мультиварка делать не может, так это готовить многокомпонентные блюда, ингредиенты которых нужно подготавливать по отдельности – обжаривать или припускать. Забудьте про кнопку «Плов»: заложив одновременно и мясо, и коренья, и рис, вы получите рисовую кашу с мясом, но никак не плов.

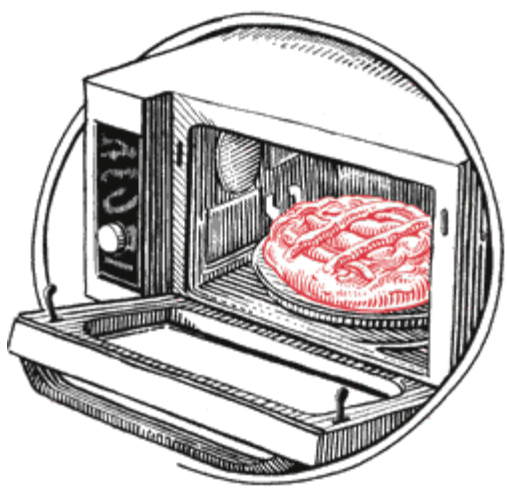
Если речь не идет о режиме «Медленноварка», не стоит использовать этот прибор для длительного многочасового нагрева, крахмалистые крупы или нежные овощи будут безнадежно испорчены при режиме «Подогрев».

Микроволновая печь

Этот кухонный прибор я намеренно вынесла отдельным блоком. Да, микроволновки появились практически на каждой кухне (как на профессиональных, так и на домашних и даже офисных), но чаще всего их используют всего лишь для разогрева пищи или для приготовления горячих бутербродов. Хотя на самом деле даже в обычной СВЧ-печке (без гриля и прочих дополнительных функций) можно полноценно готовить.

Принцип работы. Как и при традиционных методах тепловой обработки, в микроволновой печи нагревается только поверхность продукта – но не за счет нагрева посуды или горячего воздуха, а благодаря сверхчастотному излучению. Причем нагреваются в первую очередь молекулы воды (а также жиров и сахаров).

Микроволны поглощаются продуктом, проникая в него на небольшую глубину (порядка 2,5 см), более глубинный нагрев обеспечивается теплопередачей. Надо учитывать, что микроволны воздействуют именно на влагу, а не на сухие продукты, поэтому иногда возникает ощущение, будто продукт нагревается изнутри, например в пирожке скорее нагреется влажная начинка, чем сухая оболочка, пропускающая микроволны.



Любимая тема противников микроволновок – изменение молекулярной структуры продукта при таком способе обработки. Однако излучение в микроволновой печи не является ионизирующим и способно производить только нагрев. Также не стоит бояться структурных изменений органических соединений,

в этом и есть суть процесса приготовления – будь то варка, жарка или запекание – при помощи микроволн.

Преимущества и недостатки СВЧ-излучения. Микроволновая кулинария в большей степени, чем традиционная, позволяет сохранять полезные качества продукта, витамины и минеральные вещества. Это достигается благодаря скорости приготовления. По той же причине (а не из-за «опасного излучения») при данном способе тепловой обработки быстрее погибают болезнетворные бактерии.

Пищу в микроволновке можно не бояться «сжечь» или «переварить». Единственная опасность: при несоблюдении рекомендуемого режима мощности еда может оказаться пересушенной, поэтому, если вы готовите какой-либо продукт без добавления воды, бульона или соуса, то лучше ставить рядом стакан с обычной водой, а также пользоваться крышками, колпаками, защитными пленками или специальной фольгой (особенно это важно для малых порций).

Отличия от плиты и духовки. Время приготовления зависит не только от структуры продукта, но и от его количества. Варка на плите двух картофелин займет столько же времени, сколько приготовление шести; запечь одну форель или сразу три – разницы нет.

С микроволновой печью дело обстоит не так. Не стоит готовить один бутерброд или чашку овсянки на полной мощности. Для разогрева пары сосисок достаточно минимальной мощности, но если вы хотите приготовить их килограмм, тогда вам потребуется высокая мощность при тех же 3 минутах. Просто не надо для маленьких порций продуктов (до полукило) выставлять высокую мощность, время вы этим не сэкономите, а результат вас расстроит. Очень часто люди, готовящие по «четким проверенным» рецептам для **СВЧ**, берут продуктов вдвое-втрое меньше, но оставляют ту же мощность (как правило, максимальную), что была указана в рецепте. Нередко режим работы микроволновки просто выставляют на максимум, а варьируют только время приготовления. Это в корне неправильный подход, надо пробовать и учиться работать со всеми возможностями этого агрегата.

Имеет значение и расположение в **СВЧ**-печи продуктов: они должны быть распределены не просто равномерно по поворотному столу, но и равномерно удалены от его центра (особенно если речь идет про такие простые «быстрые» вещи, как разогретые сосиски или горячие бутерброды).

Печем в микроволновке. Добиться румяной корочки в самой обычной микроволновке – без гриля и конвекции – довольно

сложно.

Однако для этого все же есть несколько уловок (и я не о специальных «порошках для СВЧ», а о более естественных приемах):

• торты, кексы, булочки смазать сахарным сиропом;

• мясо, птицу, рыбу смазать соевым соусом (можно также с добавлением сахарного сиропа или меда).

В микроволновке легко и быстро готовят бисквитные пироги, например шарлотку. Для того чтобы она не выглядела белоснежным блином, алгоритм действий таков:

• карамелизовать сливочное масло с сахаром в стеклянной или силиконовой формах;

• на слой карамели выложить яблоки, нарезанные дольками, сверху залить бисквитным тестом и запечь;

• при подаче пирог перевернуть, чтобы карамельная корочка оказалась сверху.

При запекании бисквитных коржей для будущих тортов отсутствие корочки, наоборот, служит плюсом. Так сказать, баг превращается в фичу. С бисквита, сделанного в микроволновке, не придется срезать корочки, он пропекается равномерно и всего за 7 минут. Но еще интереснее готовить в СВЧ шоколадные кексы или маффины (их можно запекать прямо в чашках).

При обжарке в микроволновке рыбы или мяса можно легко получить хрустящую румяную корочку, запанировав продукт в сухарях и сбрызнув маслом. Для жарки в СВЧ-печах существует специальная посуда – керамические блюда с особым составом глазури, помогающие создать нужный эффект.

Как бы ни пугали нас страшилками о том, что еда, приготовленная в СВЧ-печи, способствует развитию рака, надо понимать, что в блюде, которое готовилось на плите в кипящем (горящем) масле, гораздо больше канцерогенов.

Посуда для СВЧ должна пропускать микроволны, не нагреваясь при этом сама. Поэтому в микроволновке не стоит готовить в посуде, сделанной с использованием металла (например, украшенной золотым ободком). Однако можно пищевой фольгой (и специальной пористой фольгой для СВЧ) изолировать тонкие части продукта от излучения – и тем самым добиться равномерности приготовления. Так у цельной тушки птицы фольгой прикрывают крылышки и ножки.

Керамика, фаянс, фарфор без металлического декора прекрасно подходят для микроволновки, они пропускают микроволны и не нагреваются сами (разве что путем теплопередачи от продукта). Стекло лучше выбирать термоустойчивое, а обычное следует использовать на низких

значениях мощности. Керамика же должна быть глазурована и снаружи и изнутри.

Картонные и бумажные упаковки прекрасно пропускают микроволны, единственное, они должны быть сухими: влажный картон сначала должен высохнуть сам, прежде чем пропустить излучение к продуктам.

Что же касается пластиковой посуды, особенно контейнеров, то, несмотря на маркировку «подходит для СВЧ», ее стоит использовать скорее для разогрева блюд или при кратковременной готовке на низких значениях температуры.

Если вы не уверены, подходит ли для микроволновки та или иная емкость, поставьте в нее стакан с водой – и грейте минуту при высокой мощности. Если вода нагреется, а внешняя емкость – нет, тогда посуда годится.

Яйца и другие герметичные предметы. Одна из первых заповедей в инструкции по приготовлению в микроволновке гласит: в СВЧ-печь нельзя ставить яйца. Действительно, в ней не стоит готовить и даже разогревать яйцо в скорлупе. Как не надо разогревать невскрытые консервные банки или любые другие герметично закрытые емкости (в том числе плотно закрытые пищевые контейнеры). При нагревании жидкости в замкнутом объеме – благодаря возникающему внутреннему давлению – яйцо (закрытая банка, контейнер) может «взорваться». Однако это не значит, что исключена готовка яиц без скорлупы или разогревание еды под крышкой.

> При разогреве нескольких блюд не во все микроволновки помещаются сразу две тарелки. В таком случае одну из них можно поставить на чашку, создав таким образом «второй этаж»

В микроволновке за 1–2 минуты прекрасно готовят высокие пышные омлеты (на высокой, но не максимальной мощности), яйца-пашот (разбив яйцо в стакан, наполовину заполненный водой) или яичницу (вылив белок с желтком на блюдце, смазанном маслом). Для собственного спокойствия можно прокалывать желток, чтобы нарушить его цельность, но если не ставить на максимум, то и прокалывать необязательно.

Что касается готовки под крышкой, то существуют специальные колпаки для микроволновок, которые, во-первых, защищают от брызг жира и влаги само устройство, во-вторых, препятствуют высыханию продукта, в-третьих, способствуют более равномерному прогреву.

Довольно часто микроволновки используются для разогрева готовых обедов (будь то лазанья, или суп, или какое-либо другое

блюдо) в запечатанных лотках. В этом случае необязательно полностью снимать верхнюю пленку с лотка, просто проколите ее вилкой или срежьте хотя бы с одного уголка – именно в целях сохранения герметичности.

Накалывать вилкой нужно и овощи – картофель, свеклу, баклажаны – при запекании их в микроволновке в мундире.

На сосисках, сарделькаx, колбасках лучше сделать надрез – или продольный, или на концах, тем самым вы убережете оболочку продуктов от разрыва при нагреве. Если вы хотите прогреть помидоры, чтобы с них было проще снять шкурку, то крестообразно надрежьте кожицу.

Микроволновка идеально подходит в случаях, когда необходимо:

• приготовить блюдо из большого количества (порядка килограмма) крупы. СВЧ-печь избавляет от необходимости постоянного помешивания. Килограмм риса, гречки, кукурузной крупы, перловки, пшенки и т. д. приготовится за 20 минут (на максимальной мощности; не лишне напомнить, если объем крупы меньше, то и мощность следует уменьшить);

• запечь большое количество твердых овощей и корнеплодов (например, для картофельных салатов и винегретов). На килограмм овощей (даже свеклы, которую надо запекать в духовке или варить на плите около часа) также уйдет минут 20;

• сделать мучные, крахмальные и яичные соусы. Вам не придется их усердно помешивать, и все равно они получатся без комочков. Отличный вариант: основной ингредиент (рыбу, мясо, птицу) можно быстро обжарить в сковородке, а потом довести в соусе до готовности в микроволновке, уже не обращая на него внимания;

• растопить масло, шоколад, нагреть замоченный желатин. Множество вспомогательных процессов, которые раньше предполагали использование водяной бани, теперь совершаются всего лишь за минуту на средней мощности;

• прогреть орехи, чтобы снять с них шелуху. Можно приготовить орехи в глазури: пересыпать их сахарным песком, корицей и добавить пару ложек воды;

• карамелизовать сахар;

• поставить дрожжевое тесто на расстойку;

• бланшировать овощи (белокочанную капусту можно прогреть на средней мощности за пару минут, чтобы с легкостью отделить листья для голубцов и прочего);

• нагреть цитрусовые (на низкой мощности). Прогретые апельсины, лимоны, грейпфруты легче очищаются от пленок и гораздо щедрее отдают сок;

• стерилизовать стеклянные банки для консервирования и бутылочки для детского питания.

Заключение

Эта книга не является продолжением «Сам себе шеф-повар. Как научиться готовить без рецептов», но она также адресована тем, кто ориентируется на канонические рецепты, но любит кухонные эксперименты и желает внести разнообразие в свое меню, обогатить собственный стиль готовки не только за счет новых ингредиентов, но и посуды, кухонного оборудования и инвентаря.

Здесь нет четких советов и рекомендаций, разговор идет скорее не о строгих правилах, а о возможных исключениях из них.

Многие темы опять-таки остались за кадром: специфика детского меню, домашнее консервирование, изготовление сыров и колбас.

И другое. Мы часто считаем, будто многие вещи возможны лишь в высокой ресторанной кухне или вовсе в промышленном производстве и совершенно не осуществимы в домашних условиях.

Это не так. Все гастрономические шедевры берут начало именно в домашней кулинарии. И если несколько сотен лет назад простые крестьяне смогли придумать сычужный сыр, не обладая никаким специфическим оборудованием, то почему мы не сможем повторить это на современной кухне?

Можно научиться делать такие простые вещи, как йогурт или творог, будучи уверенными в натуральности ингредиентов, или посложнее, например варить коричневый сыр из молочной сыворотки, или набивать колбаски с травами и приправами по собственному вкусу, а потом даже коптить их. Варить пиво, делать ликеры. Делать мороженое и щербеты, шоколадные трюфели и другие конфеты. Изобретать собственные рецепты, составлять собственные правила виноделов – и исключения из них.

В работе над этой книгой мне очень помогли вопросы и отзывы читателей первой книги. Я очень благодарна за ваши отклики и всегда готова к продолжению беседы, к ответам на ваши вопросы, которые могут послужить материалом для будущих книг.

notes

Сноски

1

Отзывы публикуются без изменений, в авторской редакции.